Nro. 161.

Similitudinum ac
Parabolarum
quae in bibliis
ex Herbis atque
Arboribus
desumuntur
Auctore
Levino Lemnio

De Gemmis
Auct. Fr. Rueo
79
etc

1596









HENRICI RANTZOVII DE CONSERVANDA VALETVDINE LIBER, IN PRIVATVM LIBERORVM SVORVM vsum ab ipso conscriptus, ac editus

A

DETHLEVO SILVIO HOLSATO.

IN QVO DE DIÆTA, ITINERE, ANnis climactericis, & antidotis præstantissimis, breuia & vtilia præcepta continentur.

Quarta editio, auctior & emendatior.

SEORSIM ACCESSIT

VILIELMI GRATAROLI Bergomatis, Medici præstantissimi, De Literatorum, & eorum qui magistratum gerunt, conseruanda valetudine,

LIBER.



FRANCOFVRTI
Ex Officina Paltheniana, sumtibus Viduæ Petri Fischeri. *M. D. XCVI.*

NOBILITATE GENERIS, VIRTVTE AC ERVDITIONE PRÆ-
stantibus Francisco ac Bredoni Ranzouiis fratribus, nobilis ac generosi viri D. Henrici Rantzouii, serenissimi regis Daniæ, &c. in Holsatia præfecti, &c filiis.

CVM nuper, nobiles adolescentes, in patris vestri Henrici Ranzouii bibliotheca Bredenbergensi versarer, incidi forte in libellum quempiam de legitimo rerum ad sanitatis tutelam necessariarum vsu conscriptum. Hunc vbi cœpi peruoluere diligentius, deprehendi in eo breuia ac vtilia quædam præcepta de sanitate tuenda contineri. Ac quoniam intelligebam hunc libellum a patre vestro ex variis medicorum libris in vestrum ac reliquorum liberorum suorum vsum collectum, ac nondum in publicum emissum esse, neque tamen citra magnum laborem & tædium sæpe describi posse: operæpretium me facturum putabam, si eum quamprimum prælo subiici curarem, vt hoc pacto non solum de vobis sed de aliis etiam conseruandę suæ sanitatis studiosis, bene mererer. Quod autem pater vester vir nobilis, ac in Republ. nostra primarius, tantum huic arti diligentiam tribuerit, id equidem ipsi a nemine, sanæ

mentis, vitio verti poteſt. Namque is morbi neceſſitate adductus in iuuenili ætate hoc ſtudio propriæ ſanitati, quæ præſtantior eſt omnibus triumphis honoribus ac diuitiis, conſulere fuit coactus, quam etiam hoc pacto vſque in hodiernum diem conſeruauit. Præterea hiſtoriæ teſtantur hanc medicam artem olim etiam exercuiſſe Heroes & Reges, vt Euphorbium Attalum, Mithridatem, Romanorumque Conſules & Imperatores Catonem atque Pompeium, Patriarchas & Apoſtolos, & noſtro tempore Chriſtiernum III. Electorem Auguſtum, & multos alios Principes feciſſe conſtat. Hunc itaque librum a parente veſtro cariſſimo, veſtra potiſſimum cauſſa ex paterna affectione congeſtum, ac ſub nominis veſtri auſpicio in lucem prodeuntem, vt benigne ſuſcipiatis rogo. Nec dubito, quin ſi iuxta in hoc præſcriptum modum viuendi rationem inſtitueritis magna inde ad vos ſit redundatura vtilitas Oro autem Deum æternum, vt patrem veſtrum virum clariſſimum, totius Holſatiæ decus ac præſidium, & omniũ bonarum artium Mæcenatem, nec non vos eius filios, qui patris veſtigiis magna cum laude inſiſtentes, ad inſignẽ ſtemmatis Rantzouici ſplẽdorem eximiam adiũxiſtis doctrinã, vna cum matre nobiliſſ. ac pudiciſſ. & reliquis fratribus ac ſororibus diu incolumes clementes conſeruare dignetur, Bene valete, & me eorum numero aſſcribite, qui vos non minus quam parentes veſtros, ea qua decet obſeruantia, venerantur. Datæ Segebergæ, Anno 1573.

Dethleuus Siluius Holſatus.

IN HEN-

IN HENRIC. RANTZOVIUM EQVITEM HOLSATVM, &c.

Epigramma ἐγκωμιαστικόν.

Qvis non Alciden nouit, qui nescit Achillem,
Nomina non vlla non memoranda die?
Et tamen hic medicam fecit feliciter artem,
Sanus vt Æmonia cuspide Mysus ait:
Ille polum ceruice tulit, cum sidera fessus
Amphitryoniadæ ferre dedisset Atlas.
Quid loquar amborum geminata laude celebrem,
Illustri Henricum stemmate Rantzouium?
Quem iuuat immenso spatiantem viuere cœlo,
Et stellas oculis dinumerare suis.
Quiq. Machaonia caput extulit inclytus arte,
Naturæ scrutans omniparentis opes.
Macte noua virtute heros: sic additus astris
Cœlifer est, semper viuit & Æacides.

Gregorius Bersmanus Professor
Acad. Lips. publicus.

Eiusdem Rantzouii Encomium.

Sunt tibi cum Regum, tum publica commoda curæ,
Nec tamen Aonidum munera grata minus.
Regibus ac patriæ pariter Musisq; placere,
Quod facis, humanum vincit id ingenium.

ALIVD.

Fidite Pierides, vobis Rantzouius heros
Inter opes, lituos, inter & arma litat.

Aliud de Familia Rantzouiana.

Hactenus ambiguo lis hæc sub iudice pendet,
Artibus, aut armis lausne ferenda prior:
Rantzouia Pallas litem hanc in gente diremit,
Has illis, illa his posse carere negat

AD LECTOREM BENIGNVM CHRISTOPH. KILLINGhausen Hamburgens.

Mente nihil nobis præstantius optimus auctor
Indidit, in summa quæ tenet arce, locum.
Hæc res euoluit dubias, penitusque latentes
Eruit, & lucem cogit habere suam.
Quæ sint euentura videt, præsentia tractat;
Tempore quæ lapso præteriere, tenet.
Quinetiam terras humilemque relinquere mundum,
Et cœli superas audet adire plagas:
Scrutarique Deum, cuius de semine nata
Particulam mentis se putat esse sacræ.
Ut Deus ille vnum triplici sit nomine numen,
Disiungi nulla quod ratione queat:
Ut res de nihilo quondam produxerit omnes,
Et miris seruet contineatque modis.
Utque repurgatos celso dignetur olympo,
Quos sua culpa stygis fecerat esse reos.
Talia diuino meditatur acumine, quæque
Præterea longum cuncta referre foret.
At nisi sit corpus bene sanum, cuius in arce
Clauditur, officium non satis ipsa facit.
Hinc quasi de specula semper circumspicit alta,
Nec capiat, vel agat quicquid obesse potest.
Et si quid vitii caussa quacumque subortum est,
Hoc amoliri qualibet arte studet.
Hinc etiam corpus cura maiore tueri
Cernimus, ingenio qui meliore valent.
Nam quoniam multis obnoxia casibus, atq;
Sæpe leui ex caussa vita caduca data est.

Quam

Quam decet, vt numen cœleſte colatur honore.
Ducere, dum repetat, qui dedit, ipſe Deus:
Nos quoq; ſollicita fas eſt defendere cura,
Nec temere mortis præcipitare viam.
Hæc animo voluens, vir factis clarus & ortu,
Rantzouius, præſens hoc ſibi ſcripſit opus.
Non ſatis eſt viſum præluſtre relinquere nomen
Quod certent meritis amplificare ſuis:
Aut terris, opibuſque ſuos extollere natos,
Attribuit larga quos bonitate Deus:
Sed quoque ſuccincto voluit præſcribere libro
Incolumem vitam qua ratione parent.
Nam magis accendunt, animiſq; tenacius hærent:
Quæ pater aut ſenior iuſſa relinquit auus.
Hunc in priuatum quamuis congeſſerat vſum.
Non tamen, vt fiat publicus, ipſe vetat.
Namq; bonus, quacumque poteſt, prodeſſe laborat,
Omnibus & præſtat commoda multa lubens,
Ergo illi ſeros, quos virtus rara meretur.
Et fauſtos optes, lector amice, dies.
Atque hoc ſincero, doctoque fruare labore,
Vt vigili cura ſauior eſſe queas.

INDEX PRÆCIPVORVM
Capitum huius libri.

30 De

PRÆFATIO AD FILIOS.

CVM ab immenso & æterno Deo, filii mei carißimi, post creationem cœli, terræ, plantarum, arborum, cũctorumq; animantium & cæterorum mundi corporum in vsum humanum conditorum, solus homo ad diuinæ maiestatis imaginem ex terra sit factus, ita vt ex anima & corpore constet, maxime & inprimis toti humano generi in eo laborandum esse censeo, primum vt anima, postquam vna cum corpore destinatum cursum peregerit eo, vnde digressa est, redeat. Deinde, vt corpus animæ domicilium in hoc vitæ curriculo quam diutißime cum ipsa sanũ ac integrum conseruetur. Quibus vero rationibus efficiatur, vt anima emenso decursoq; huius vitæ spatio, ad beatam immortalitatem, hoc est, ad Deum ipsum, vnde digressa est, reuertatur, id sacræ literæ abunde & luculenter tradunt. Quapropter o filii, vos sedulo moneo & hortor, sacro religionis studio ardenter incũbentes doctrinæ cœlestis fundamenta intimis animi sensibus diligenter & penitus percipiatis, vt vobis ex huius vitæ quadam quasi peregrinatione atq; hospitio euocatis ad perpetuum Dei & angelorum, omniumq; sanctorum commercium concedere liceat. Quo pacto autem fragile corpus nostrum diu incolume & sanum conseruetur, & caduca nostra vita, viriumq; imbecillitas aliquantisper sustentetur, perbreuibus nonnullis præceptis, hunc in vsum ex diuersorum medicorum libris conscriptis, atq; in certum ordinem digestis docebo. Sed ne forte arrogantiæ ingenii insimuler, ingenue fateor, me multis in locis integras medicorũ sententias trãstulisse, & vestra potißimum caussa hũc laborem colligendi suscepisse, quod nõ meminerim hanc rem tã compendiose ab aliis tractatam esse, excepto vno Cornelio Celso, qui in primo De re medica libro præcepta lõge vtilißima De sanitate tuenda, mira breuitate complexus est. Vt autem huiusmodi breuitatem eo commodius

modius præstem, nuda saltem præcepta ætati vestræ maxime congruentia fusioribus interim caussis & rationibus physicis omissis, vobis ob oculos ponam. Nolite vos hæc aspernari, sed tamquam vobis a me ex paterna beneuolentia atq; affectione relicta, cupide suscipite, studioseq; amplectimini. Non enim dubito, si secundum has præscriptas obseruationes viuendi ordinem atq; ratione instituetis, quin magna ad vitam commodius traducendam inde sit ad vos redundatura vtilitas. Quod ad me sane attinet, fateor me ex his præceptis hanc percepisse vtilitatē, vt quamuis in iuuenilibus annis paterno ac fere hæreditario asthmatis morbo obnoxius fuerim, nunc tamen sic eo sim liberatus, vt valetudine satis commoda vtar, quam Deus Opt. Maximus pro diuinæ benignitatis suæ arbitrio ac placito, mihi diuturnam conseruare ac propagare clementer dignetur. Vt autem propius ad rem ipsam accedam, paucis ordine præcipuas recensebo caussas destructionis & corruptionis corporum nostrorum, quib. cum humana natura conflictatur. Deinde, ea quorum legitimo vsu in corporibus nostris sanitas retinetur exponam. Postea præcepta de vitæ ratione singulis diebus, septimanis, mensibus, singulisq; anni temporib. seruanda, deq; annorū etiam climactericorum obseruatione instituenda pauca subiiciam. In fine quædam de salubri victus ratione in itineribus habenda, nonnullorum item antidotorum & medicamentorum singularem contra venena vim habentium descriptiones subiungam.

CAVSSAE CORRVPTIONIS & destructionis corporum humanorum.

CAP. I.

VT igitur institutum nostrum aggrediamur, prima & præcipua caussa corruptionis & destructionis corporum nostrorum, senectutis, mortis atque omnium adeo malorum, quæ in calamitosa hac vita exsistentes, perpetimur, est lapsus primorum parentum & reliquię peccati in corrupta natura nostra hęrentis, vt testatur apostolus ad Rom. 8. Corpus morti destinatum est propter peccatum. Quemadmodum enim mors extremum est omnium malorum, quæ nos affligere in hac vita possunt: Ita mortis nomine omnes quoque ærumnas & miserias humanæ vitæ complectimur. Huc accedunt nostra etiam errata, quæ, dum cæca nostra voluntas impulsu diaboli in quæuis scelera ruit, indies a nobis committuntur & accumulantur, quibus Deus ad iustam iram & indignationem prouocatus, omnis generis morbos & calamitates in nos grassari finit. Secunda caussa morborum & destructionis deprauationisque corporum nostrorum est sinister & maleuolus siderum cœlestium influxus, temperamentorumque infelicitas. Nam vti singulis rebus proprietates certæ sunt ingenitæ, quas Deus ab æterno naturalibus effectibus cooptauit: ita singularis quoque efficacia & vis diuinitus insita est corporibus cœlestibus, quæ Deus non tantum propterea certo ordine ac magnitudine creauit, vt annos, dies & menses discernerent, sed vt essent quoque nobis signa, ex quibus quædam

rerum

rerum futurarum caperemus argumenta. Pendent enim inferiora ex superioribus, & cognatione quadam mutua inter se continentur. Proinde corpora superiora occultam quandam vim & virtutem in hæc inferiora infundunt, per quam humores in corporibus nostris mutantur, augentur & diminuuntur secundum siderum positum & qualitatem. Et hoc quotidiana experientia, certissima rerum omnium magistra, clarius euidentiusque docet, quam vt vlla demonstratione egere videatur. Si quis fidem dictis adhibere noluerit, Lunam mihi consideret, quæ in humores præcipue sibi dominium vindicat, & aperte conuincetur. Cum igitur constet humores in corporibus nostris regi ab istis superioribus, ex malis autem corporum humoribus oriri morbos, ex morbis interitus, non immerito sane mortis & cæterorum morborum caussa in corpora cœlestia aliqua ex parte refertur.

Præter hæc autem, alia sunt duo genera caussarū corpus nostrum mutantium ac destruentium, quæ ex superioribus oriuntur.

Alterum quidem est earum, quæ nobis sunt congenitæ, ideoque internæ dicuntur, necessariæ atque ineuitabiles. Suntque numero tres: Siccitas nimirum, quæ ætatis cursu ad interitum ducit: Assidua substantiæ fluxio, vel materiæ in corporibus ingens varietas & mobilitas, excrementorumque abundantia. Alterum vero earum, quæ extrinsecus incidunt, & idcirco externæ dicuntur; quarum item duplex est ratio. Nam quædam sunt earum, quæ non necessario corpus nostrum immutant, afficiuntve. Nam etiamsi minus ipsa quoque cum accidunt, a nobis vitari possint, attamen sunt huiusmodi, vt simpliciter absq. ipsis vita seruari nostra queat, cuiusmodi sunt quæ corpus nostrum contundunt, diuellunt, vulnerant, quod plerumque fit per extraneam vim, vt in

bellis & casibus fortuitis: aut cum quis in aquis submergitur, aut veneno necatur.

Aliæ autem sunt, quæ corpus humanum necessario alterare dicuntur, quod eas etsi particulatim vitare possimus, in vniuersum tamen declinare nequeamus, cum sine iis viuere haud liceat. Hæc inquam hominis temperamentum ac cōstitutionem naturalem sanitatemq. destruunt ac demoliuntur, vbi non probe, nec vt necessitas, statusque corporis exigit, cum idonea ac commoda mensura & qualitate adhibentur. Versantur autem circa hæc, quibus quotidie vtimur & nutrimur, quæque nostro corpori assimilantur, suntque particulatim consideratæ in nostra potestate atque electione positæ. Harum sex sunt genera:

I. Aer, aqua, ignis.

II. Cibus & potus, seu omnia ea quæ nutriendo corpori adhibemus.

III. Motus & quies, tum vniuersi corporis, tum singularum eius partium.

IIII. Somnus & vigilia.

V. Excretio siue expulsio excrementorum & retentio, sub quibus venæ sectio, purgatio; vomitus, excretio vrinæ, sudor, balnea, venus & alia continētur.

VI. Animi symptomata, perturbationes, affectiones, siue accidentia, vt sunt timor, ira, mœstitia, gaudium & similia De quibus paulo post plura.

Hæc recte & opportune administrata, hominem in bona dispositione & valetudine conseruant; perperam autem vsurpata, destruunt. Vt enim sanitas in mediocritate consistit, ita mediocri quoq. rerum necessariarum vsu conseruatur.

Generalia præcepta conseruandæ sanitatis.

CAP. II.

ENumeraui vobis præcipuas caussas, ex quibus variæ mutationes, destructiōes, & corruptiones corporum

porum nostrorum oriuntur: Iam ex aduerso referā quoq.ea,quibus si dextro ordine & modo vtamur,incolumitas vitæ continetur, amissa restituitur, nonnullaq morborum genera minuuntur ac depellūtur.

Ad hanc igitur rem, primo necesse est, vt sciatis, certoq statuatis, tametsi corpora cœlestia arcanam quandam vim & virtutem admirabilem in reb. humanis exerceant: Deum tamē omnipotentem, vniuersæ rerum naturæ opificem & architectum, vitæq. & mortis dominum, atq. arbitrum vnicum, propterea a gubernatione corporum inferiorum nequaquā esse remouendum, sed vere eum omnibus astris astrorumq. influxibus dominari, eorundemque cursum & efficaciam, vel promouere, vel impedire;. omnes item inclinationes ab astris ortas moderari, morbosque sæpenumero secundum immensam suam bonitatem auertere & in melius mutare, nonnumquam etiam secundum arcanum & iustum iudicium suum propter delicta nostra exasperare, & in peius conuertere.

Diuina enim maiestas non est astris, quæ ipsa ad vtilitatem & conseruationem generis humani condidit, astricta, nec fatali quadam necessitate, veluti carcere clausa tenetur, sed liberrime agit, & vt præcipua caussa cæteras omnes liberrime moderatur & gubernat. Is igitur Deus æternus pater clementissimus Domini nostri Iesu Christi, qui Regi Sedechiæ peccanti vitam quindecim annos prorogauit, assiduis precibus in primis est implorandus, vt nobis quoq. longitudinem vitæ cum incolumi & recta corporis constitutione & sanitate largiri, viresque tum corporis tum animi integras & firmas clementer conseruare dignetur. Recte enim dicitur:

Astra valent aliquid, plus pia vota valent, item:
Astra regunt mundum, sed regit astra Deus. item:
Cedunt astra Deo, precibus Deus ipse piorum.

Deinde, cum propter nostra peccata crebris & variis morborum generibus, corpora nostra afficiãtur, obnixe contendẽdum est, vt ratione regamus inclinationes & motus animorũ vagos, externisq. membris frenum iniiciamus, nec tantum scelera, verumetiam occasiones scelerum fugiamus & vitemus. Hãc diligentiam adhibere carissimi filii in regenda vita & moribus, ac in primis pietatem colere, debitamq. parentibus obedientiam & amorem prestare vos decet. Quod si feceritis, Deus vobis viciſſim, ſicut in Decalogo promiſit, omnem felicitatem, diuturnitatẽque vitæ tribuet. Nam vt veriſſime D. Paulus inquit, 1. Tim. 4 Pietas ad omnia vtilis eſt, habens promiſſiones præſentis & futuræ vitæ. Quod aliquo modo intellexit homo Ethnicus Zoroaſter rex Bactrianorum cum dicit: Qui mentem ardentem ad opus pietatis intenderit, labile corpus ſeruabit. Et Cicero inquit: Pietatem eſſe matrem & fundamẽtum omniũ virtutum. Secundo, cum dictum ſit, ſtellas eſſe cauſſas effectrices deſtructionis & mutationis, variorumque morborum in corporibus noſtris, cumque obſeruatio effectuũ cœleſtium non ſit prohibita, hanc curam vobis mandatam eſſe volo, vt tam directiones annuas, quam natiuitatis veſtræ figuras, quas ego diligenter & exacte computatas ſingulis relinquo, citra tamen omnem ſuperſtitionem, examinetis, iudiciumque peritorum aſtrologorum & medicorum ſuper iis conſulatis, vt eo melius mala præuiſa euitare, bona vero ad optatum euentum perducere queatis. Verum enim eſt quod aſſerunt nonnulli, cœlũ eſſe fatalem picturam in cœleſti tabula. Et perpulcre aiunt Hippocrates & Galenus principes medicorum, medicam artem ſine fauore cœleſti ſæpe eſſe inanem, imo etiam ſæpe noxiam.

Prodeſt hæc obſeruatio ad tuendam bonam valetudinem & præcauendos morbos. Inſpecta enim naturali

turali inclinatione, maiori vigilãtia mores poterunt regi, & euentus, de quib. ab astrologis admonemur, quosque præscimus, leuius toleramus, prudẽtius declinamus & euitamus, vt prouide & discrete sine molestia transiisse videantur.

Etenim libera nobis voluntas & electio eatenus relicta est, vt auxilio Dei mens fulta, aduersari illecebris diaboli & carnis, inclinationes moderari, & si quam insignem calamitatem aduersumve aliquem casum astra præsagiant ac denuntient, eius occasiones effugere possit. Qua in re tamen honestatis rationem a vobis haberi volo. Nam si citra ignominiã periculum impẽdens subterfugere vobis minus integrum foret, satius esset honeste cito mori, quã cũ dedecore diu viuere. Proinde certo statuendum est, rationem siue optimum intellectũ prędominari cœlis, nec libertatem animi actionesq. nostras siderum necessitati astrictas esse.

Hactenus in genere breuiter exposui, qua ratione contra omnis generis mala, morbos, aliasq. corporum nostrorum destructiones præmunire nos queamus, quæ diligentia, si ardens filii Dei inuocatio ad hanc accesserit, feliciter euadit. Iam vt institutum ordinem vrgeam, ea quę aliquo modo in nostra sunt sita industria, persequar; quorũ si legitimus & rectus vsus adhibetur, sanitas fouetur & conseruatur; sin minus, violatur & destruitur.

Specialia pracepta conseruanda sanitatis.

CAP. III.

VT autem a definitione ordiar, Sanitas est constitutio corporis, in qua nec doloribus cruciamur; nec in vitæ actionibus impedimur. Si vero corpus ab illa constitutione deflexerit, ægritudo est. Sanitatem conseruare (secundum Rasim in Almansore) est in motu & quiete, cibo & potu, nec nõ in superflui-

tatibus & expulsionibus mensuram debitam obseruare, domos & loca cætera, in quibus versamur odoribus pro ratione temporis congruentibus temperare, malis etiam accedentibus, antequam augmẽtum capiant, occurrere, & animales cogitationes & voluptates refrenare, consuetudinesq. conseruare. Cicero inquit valetudinem conseruari cum notitia sui corporis, tum iis rebus quæ aut prodesse aut obesse soleant. In quibus enim conseruatio consistit, ex iisdem corruptio oritur: vtq. conseruatio fit per simile, sic curatio per contrarium. Paulo aliter quam nos, definit sanitatem Isidorus, cum inquit: Eam esse integritatem corporis, & temperantiam naturæ ex calido & humido in quibus cum illa cõsistat; sequitur, qui plurimum calidi & humidi habent, hos maxime esse longæuos; qui vero contrariæ sunt naturæ, frigidi & sicci, hos citius senescere & mori. Nam vt ex quatuor humorib. reguntur sani, sic læduntur infirmi, & cum humores vltra debitum crescunt, ægritudines pariunt. Sic qui natura admodum crassi sunt, citius intereunt quam graciles. Parum enim sanguinis ac spirituum habent. Sed vt ordine de singulis rebus, in quarũ legitimo vsu, iusta qualitate quantitate & tempestiua vsurpatione, sanitatis conseruatio consistit, dicamus, ab aere corpus nostrum ambiente primum ordiamur.

De aere. CAP. IV.

AER per se est calidus & humidus, & attractio eius omnibus animantibus tam est necessaria, vt si cui respirationis viæ intercipiantur, statim exstinguatur. Et omnes in nobis experimur, ipsam constitutionẽ corporis sæpe mutari ex aeris vel temperie vel intẽperie. Omni igitur studio prouidendum est, vt aer, quoad eius fieri potest, optimus deligatur.

Est autem optimus aer, qui vnicuique est natiuus. Nam

Nam vniuſcuiuſque locus naturalis, vt Philoſophus inquit, ſui eſt locati conſeruatiuus, præterea temperatus, ſerenus, purus, tenuis, patens & liber, a fœtoribus immunis, nulla putredine infectus, ventiſq. difflatus, qui, cum attrahitur, ſentitur, oriente ſole cito caleſcens, eodem occidente cito frigeſcens. E contrario peſſimus ac noxius aer eſt, turbidus & nebuloſus, impurus, fœtidus, nubilus, putridus, occluſus, quem neque ventus neque ſol penetrat, nec purgat, qui nō ſecus ac immobilis aqua venenoſam & malignam qualitatem ſuſcipit, qui æſtatis maxime tempore, lacuum ſtagnorumque peſtiferam auram eructantium exhalationibus corrumpitur, vel fæculentis excretionibus inficitur. Sic malitioſus aer eſt, qui ex ſterquiliniis, cloacis, & locis peſtiferis oritur, quique cor conſtringit, & anhelitum coarctat & qui nimium eſt calidus vel frigidus Calidus enim diſſoluit, ſitim generat, ſpiritum diminuit, digeſtionem abſcindit. Frigidus aſthmata & catarrhos gignit, vtq. huiuſmodi aer impurus, qui ſpiritum vitalem vitiat, omnibus modis cauendus, ſic aer temperatus maxime eſt hauriendus. Niſi enim aſſidue bonus aer attrahatur, quo calor natiuus ventilatus temperetur, refrigereturq. ſanitas turbatur. Ex quibus etiam patet, ſatius eſſe ſub dio verſari, quam cubiculis vndiq. clauſis immorari.

Hoc autem obſeruaſſe etiam contulerit quod frigidis temporibus aere calido aut igni, calidis frigido, humidis ſicco & ſiccis humido aere maxime vti cōueniat. In diuturnis etiam morbis nonnumquam ſolum vertere prodeſt. Aeris enim & loci mutatione ſæpe ſanitas amiſſa recuperatur. Cum vero aer ſæpe a ventis & odoribus moueatur & mutetur, ventuſq. nihil aliud ſit, quam aer impulſu agitatorū vaporum commotus, de vento & odoramentis pauca addenda eſſe duxi.

De ventis & odoramentis.

Septentrionalis omnium ventorum optimus & ſaluberrimus habetur. Proximum locum ſibi vendicat orientalis & quicunque ventus aerem modice infrigidat, ſiccat & ſerenat. Habitationes itaq. verſus orientem & ſeptentrionem ſint exſtructæ, propter aeris & venti temperiem. Nimius autem ventus obeſt, tum pulmoni tum oculorum auriumque ſenſui plurimum. Quod ad odoramenta attinet, conſtat aerem quodammodo nutrire ſpiritus, citiſſime vero odores: cor & cerebum corroborare, reficereq. animum, quo refecto, corpus quoq, ſentit voluptatem & recreationem.

Aer item vitioſus & fœtidus per odoramenta & ſuffumigationes corrigitur ac emendatur. Intereſt autem quamplurimum, quales hauriamus odores. Talis enim & ſpiritus in nobis euadit: odores nimis calidi mihi non probantur, quia caput replent & catarrhum generant. Cum etenim temperies ipſa cerebri ſit, quaſi media inter calidam & frigidam, temperatis maxime gaudet. & contra ab aliis maxime turbatur & leditur. Quocirca ſunt interdum miſcendi mutandiq odores, vt ſi regnet frigus, ad calidum declinantes, & ſi dominetur calor, ad frigidum vergentes attrahantur.

Ex roſis igitur, violis, myrto, camphora natiua, ſandalis, aqua roſarum, quæ frigida ſunt, rurſus ex cinnamomo, citro, arantio, aloe, ambra, muſco, quæ calida ſunt, prout cuiq. veſtrum conuenit, hauriantur odores; neque ſolum naribus, ſed pectori & ſtomacho admoueantur, quemadmodum etiã theriaca Mithridatem, thus, ſuccinum, Angelica, & cætera, quæ contra venena vim habere creduntur. Non parum quoq. emolumenti ad ſpiritus veſtros recreãdos attulerit, in hortis, vbi ſubinde boni odores aſpirant, inter virentes ſuauiterq. redolentes herbas frequen-

frequenter versari, floresq. & gramina anni tempori, temporisq. constitutioni, & corporis vestri statui conuenienter per aream proiicere, conclauiaq conspergere, vt foliis salicum, rosarum, violarum, pampinis, origani, serpylli, thymi, lauendulæ, myrtillis, cydoniis, pyris, pomis arantiis, granatis, aliisque huiusmodi, eademvé aqua rosacea, vel ex floribus arantiorum aut alia, & aceto irrorare. Nonnumquam vero in cubiculis vestris fragrantes suffitus accendantur.

Quibus postremo odoramentis, fumigiis & pilis, seu orbiculis odoratis ego vti consueuerim, hic subiiciam, vt iisdem & vos, habita tamen temperamenti vestri ratione, vtamini. Cum autem non omnibus iidem congruant odores, & varia de his opuscula exstent, circa eos pro ratione diuersitatis temperamētorum, delectum habere vtile est.

Descriptio aquæ odoriferæ.

℞. Æquali pondere aquam rosatam cum vino albo generoso beneque olente, aceti rosacei quartā partem, sacchari candidi tertiam partem: dissoluatur hoc in illis. Alii addunt parū croci. Hac aqua manus, faciem, iuncturas, oculosq. lauate, dentes purgate, vestimentaq. & cætera conspergite, aliquando etiam hanc deglutire non inutile est. Vt autem singulorū pondus vobis constet, rationem componendi adscribam. ℞. Aceti ex vino albo rosaceo vncias iiij aquæ rosaceæ, vini optimi odoriferi albi sing. lib. j. Croci scrupulum vnum.

Sacchari candidi liquoribus debite dissoluti librā dimidiam, Croco coloretur & coletur, deturq. ad vsum.

Aqua odorata moderate calida & frigida.

℞. Sextarium aquæ rosaceæ, in qua per biduum steterit dimidia vncia cinnamomi, macis drachma

vna, radicis violarum drachmæ 2. Caryophyllorum drach. 1. ß. Muscatæ nucis drachma 1. Postquam destillaueris, adiicies parum Croci. ad quantitatem v. granorum.

Alia aqua odorifera, mediocriter calida & frigida.

℞. Aquæ rosatæ libras 3.
Recentium florum lauendulæ destrictorum manipulos tres.
Recentium Caryophyllorum.
Cinnamomi ana semiunciam.
Albarum violarum radicis, drach. duas.
Macis drachmas 2.
Foliorum siccat Rosar. manipulum vnum.
Gummi Benzoi, aut assæ dulcis drach. 2.
Styracis calamitæ drach. 2.
Musci & ambræ ad quantitatem 2. granor.

His adde seminunciam aut integram vnciam vini destillati aut maluatici, & aquam huiusmodi radiis solaribus per integrum mensis spatium expone.

Candela odorifera contra venena & pestem.

℞. Ladani vncias tres.
Styracis Calamitæ drachmas x.
Assæ dulcis drachmas 6.
Thuris sesquiunciam.
Stœch. vncias duas.
Rosarum rubearum.
Caryophyllorum ana vncias tres.
Corticis Citri & santal. Citrini ana drachmas 2.
Granorum Iuniperi semiunciam.
Ambræ & Musci ana sextam drachmæ partem.
Carbonum tiliæ sesquilibram.

Hæc omnia cũ gummi Tragacanthi & stillatitio rosarum mixta liquore tepida pila terãtur & in massam quandam redigantur: Inde paruæ candelæ fingantur & lente siccentur.

Descri-

Descriptio noduli odoriferi contra Pestem.

℞. Styracis calamitæ.
Asiæ dulcis ana vnciam vnam.
Ladani.
Mastiches ana semiunciam.
Caryophyllorum.
Xyloaloes.
Santalorum Citrinorum ana drach. j.
Seminis nigellæ Romanæ drach. ij.

Cum modico Resinæ terebinthinæ Venetæ. Fiat pila odorifera siue nodulus, qui aromatizetur moschi, ambri, dissolutorum ex oleo Caryophyllorum ana granis sex.

De præscriptis autem paulo ante Candelis odoriferis, admoneo vos accendi illas quidem in cubiculis ad vsus commemoratos posse, nō tamen in iis cubiculis prius esse versandum plane, quam dissipatus fumus fuerit: qui sane capiti, oculis & pulmoni nocere haud parum posset; ideoq; consulo vobis, vt potius orbiculis odoriferis, in aquam rosaceam vasculo argenteo exceptam proiectis, ipsoque vase super candelam accensam posito, halitu inde emisso thalami aerem odore imbuatis: atque eo modo attrahatis, quo ego in meis cubiculis vti consueui.

Accidit nonnumquam, vt plane omni odoratus sensu priuemur. Hoc vbi fit, gargarizandum est os ruta, & hyssopo, coctis ex aceto scyllitico & masticāda est frequenter Zedoaria.

Ratio conficiendi pastillos odoriferos Comitissæ Arnsburgensis.

℞. 4. vnc. Rosarum albarum, iisque folia decerpe. His in mortario terreo contusis, adde Benioin vnc. 2 per spatium 24. horarū in aqua rosarum maceratas; quibus adiice Ambram ad pondus duorum granorum, & Moschum, ad pondus vnius grani,

nec non Zebethi, ad partem quart. vnius grani. Attere hæc ad lapidem, & deinde vna cum rosis contunde. Omnibus adde vnciam dimidiam sacchari optimi. Atque hæc ita contrita per biduum in mortario bene obturato sinas. Postea in modum massæ forma: atque inde effinge pastillos aut globulos rotundos. Admiscere autem oportet nonnihil gummi tragacanthi, in aqua rosarum macerati, singulosque pastillos ponere in cochlearium gummi draconis, vt tanto firmius coalescant. Postremo, singulos pastillos duobus foliis rosarum inuoluere vel includere.

Alii Pastilli.

℞. Benzoi vnc ij. Cinnamomi, Ligni aloes ana vnc. ß. Styracis calamitæ vnc. j. Zacchari fini vnc. viij. Moschi gr. xvj. dissoluti cum aqua Damascena; formentur cum infusione tragacanthi ex aqua rosarum.

De aqua. CAP. V.

POST aerem, vt de aqua differamus ordinis ratio exigit. Est autem frigida & humida, & non nutrit, sed medicamenti ritu refrigerat & humectat: promouetque digestionem. Signum bonæ aquæ est leuitas & claritas. Bona item aqua est, quæ tam gustu quam olfactu omnis est qualitatis expers, quæ per vices facile calorem & frigus suscipit, æstate frigidior, hieme vero calidior exsistens, quę deniq. hauritur ex flumine, cuius alueus est profundus, & non limosus. Probantur item aquæ, quæ in vase æneo bene expolito, nullam relinquunt maculam, & quæ sunt huiusmodi, vt legumina facile & cito in his coquantur. Aqua autem leuissima est pluuialis, subsequitur hanc fontana, deinde fluuialis & putealis, postea glacialis vel niualis, ex glacie vel niue resoluta Vtraque harum mala est, vt & quæ in lacubus: peior tamen palustris, eo quod non moueatur, ideoq. deterrima.

Atque

Atque omnino mala eſt omnis aqua turbida craſſa, male olens, ſalſa & amara.

Aqua autem ſaluberrima eſt in æſtate, inde in vere & autumno, in hieme peſſima eſt.

Nullius vero aquæ, ſiue bonæ ſiue malæ potio ſalubris eſt, veſtris præſertim corporibus, quæ in his regionib. aquilonaribus morbis humidioribus ſunt obnoxia. Quod ſi tamē neceſſitate compulſi aquam ex illis laudabiliorib. bibere cogemini, leniter prius ac lento igne eam decoquitote. Huiuſmodi enim coctione & craſſities aquæ tollitur, & omnis eius prauitas corrigitur.

Quo pacto aqua ad abluendum corpus, manus, faciem, oculos, & aures, itemque ad balnea vti conueniat, paulo poſt dicemus, quemadmodum & de aquis odoriferis, de quibus pauca quidem præmiſimus: verum plura dicturi ſumus. Non eſt autem huius loci, neque noſtri inſtituti, qua ratione aurum, argentum, chalybs, & alia metalla in aqua exſtinguantur, vt propriam quandam virtutem ex illis ſuſpiciāt, hic explicare. Tantum addo, homines viuaciſſimos, optimæq. temperaturæ eſſe, qui vtroque tam aquæ quam aeris elemento probe vtantur, cibisque optimis veſcantur.

De igne. CAP. VI.

Ignis eſt calidus & ſiccus, optimuſque eſt, qui accenditur ex lignis ſiccis & odoriferis. E contrario prauus eſt ex lignis viridibus & graueolentibus, ſimiliter ex carbonibus factus, qui caput grauat. Vt autem ignis moderatus vapores in cubiculis diſſoluit, domeſtici malitiam aeris corrigit, frigus externum arcet, coloremque naturalem ſuſcitat: Sic nimius ignis & fumus oculos, pulmonem & caput lædunt, fluxusq & catarrhos crebros generant, humoremq. naturalem exſiccant. Quocirca fugienda maximeq.

detestanda est nostratium Nobilium consuetudo qui cum in his Holsatiæ partibus magna lignorum copia suppetat, ignem tam copiosum & luculentum exstruunt, vt ipsis fere præ nimio calore & fumo spiritus intercludatur, vtq nimium ignem dissuadeo, sic vsum hypocaustorum vobis omnino interdico, vtpote iis, qui valetudini suæ recte consultum volunt, minime probandum.

Vtimini ergo foco moderate calido in quo Iuniperi myrtus, terebinthum, laurus, saluia, libanotis, lauendula, ligna abiegna, quercina & fagina vtantur. Vitabitis autem ligna quæ prauum & grauem fumū caput tentantem, vel alicui parti corporis noxium emittunt, vt sunt populi, sambuci, brusci, mori, & spinarum omnium. Satius est autem aliquantulum frigoris tolerare, quam tantam caloris vim sustinere, vt membra sudore guttatim cadente diffluant. Arceatur nihilominus frigus a capite, pectore, pedibus & ceruice: vt enim calor temperatus digestionem adiuuat, sic nimium frigus memoriæ & reliquis membris officit. Proinde ignis, quantum arcendi frigoris & excitandi caloris innati necessitas exigit, adhibeatur, caueaturq. ne modus in alterutro excedatur. Quod vbi fit, natura læditur. Atque hæc de igne dicta sufficiant.

De cibo. CAP. VII.

CVM abunde satis pro instituti nostri ratione de aere, aqua & igne dissertum sit, nunc de cibo & potu agendum est. Cibo, quicquid siccioris substantiæ effluit, quotidie restituitur: Potione vero, quicquid humidioris. Sed ratio qualitatis, quantitatis, temporis & ordinis in primis est habenda. Deligendus est igitur cibus substantia mediocris & bonum succum procreans. Nam si corrupto alimento corpus pastum fuerit, in deterius labitur.

Quip-

Quippe ex boni ſucci cibis bonus ſanguis; ex mali autem ſucci cibis malus generatur. Ciborum varia ſunt genera. Quædam enim ſunt ſubtilia, quædam mediocria, quædam craſſa. Subtilia ſubtilem generant ſanguinem, vt ſunt pulli gallinacei bene nutriti, oua, optima frumenta, caro porcina recens.

Mediocrem ordinem obtinent, carnes agninæ, arietinæ, veruecinæ, vitulinæ.

Craſſa proſunt hominibus calidis & cerebris laboribus corpus exercentibus, vt ſunt bubulæ carnes, vaccinæ, ſuille, leporinæ, ceruinæ, aliarumq. ferarum, quæ in venationibus capiuntur, & domeſticis ſalubriores eſſe cenſentur.

Vt autem in cõſpectu habeatis, qui cibi facilis ſint coctionis, qui vero difficilis, breuiter ſingulos ordine recenſebo. Facilis coctionis ſunt: Vua, ficus, amygdalæ dulces, lactuca, apium, hordeum coctum, caro porcina, pulli gallinacei, perdices, turdi, oua volatilium, piſces ſaxatiles, qui in petroſis locis degunt, auiculæ, &c.

Difficilis vero concoctionis ſunt: Panis azymus, faba, lenticula, cicer, cydonia, caſtaneæ, auellanæ, oliuę, cucumeres, caules, fungi, rapæ, caro hircina, bubula, ceruina, piſces duri & glutinoſi, aues in ſtagnis aut paludibus, aut lacuſtribus locis degentes, anates, anſeres, pulli columbini, grues, pauones, cancri. Item peculiares partes auium, guttur, hepar, ſplen, renes, ſtomachus & inteſtina, venter, caſeus tam recens quam vetus.

Lac amygdalinum cum ſaccharo menſæ familiariſſimum eſſe debet. Item lac caprinum cum ſaccharo & maratro ieiuno ſtomacho ſenibus non male cõuenit. Saccharum autem per ſe eſt calidum & humidum temperate, corroborat, digerit, purgat, conuenit ſtomacho, ſed nimius eius vſus obſtruit, ſecundum Auicennam, & facile vertitur in choleram.

Vitellus oui facilime, totuſque fere in ſanguinem conuertetur.

Laudatur vero ſuilla, quæ inter calidum & humidum temperata cæteras nutritione ſuperat: ſed tamen quia phlegmatica eſt, non omnibus pariter cōuenit. Magnam autem ſimilitudinem cum humana carne habet.

Caro ceruina etſi difficilis eſt concoctionis, tamen tota ipſius ſubſtantia aduerſatur venenis, excepta cauda, quæ ipſa venenoſa eſt. Ego certe carnem ceruorum iuniorum cōtra febrim valere & alioquin ſalubrem eſſe iudico, iis præſertim, qui facile concoquunt. Cornua ceruorum tenuia & recenter enata, ſunt cibi Principum, & valent contra venenum, quemadmodum etiam os quod naſcitur in corde cerui. Ex piſcibus eligantur parui, ſaxatiles, ſquamigeri, minimeque viſcoſi, in fluminibus & puris aquis natantes: magni magna adferunt detrimenta. Laudo lucium: Anguillas vero & tenchas minime ſalubres, ſed damnandas eſſe duco: vtque omnis pinguedo mala, & piſcium peſſima eſt. Omnes autem promiſcue carnes & piſces, quando aſſantur, acquirunt duritiem, caliditatem & ſiccitatem aliquam, & corpora magis nutriunt, maiusq robur adferunt, quam elixę carnes.

Panis veſter ſit triticeus, bene coctus, non plane furfuris expers, ex recenti confectus frumento, non nimis antiquus, nec maioris ætatis, quam trium aut quatuor dierum. Vſus calidi & recentis panis in comedendo officit.

Medulla vero adhuc calentis panis indita vino, ad olfactum ſi adhibeas, prodeſt, cor ipſum recreat atq. corroborat, ſpiritumq. fouet. Cruſta panis, iis quorum ventriculus abundat ſuperfluis humiditatibus, conducit. Panis autem indigeſtus naturam magis lędit quam caro, ſecundum commune dictum: Omnis

repletio

repletio mala, panis vero peſſima. Sal calidum & ſiccum reddit ſingulis ferculis ſaporem, excitat appetitum, ſed nimius eius vſus eſt nobis noxius, quia adurit ſanguinem, lædit viſum, & ſcabiem excitat.

Lac eſt calidum & humidum, propinquum complexioni humanæ, conuenit pueris & ſenibus, non multum autem febricitantibus.

Quantum ad fructus attinet o filii, eorum vſum omni modo vobis prohibeo. Plus enim detrimenti quam boni afferunt. Ex nucibus tamen & ficubus pharmacum componitur, de quo poſtea dicam.

Laudo vuas paſſas ſi quis mane antequam alia fercula attingat, iis veſcatur. Quibus etiam in coctione ciborum miſcendis, melioris ſaporis gratia vti licet, quemadmodum & reliquis fructibus, ſic enim viroſitatem amittunt. Quamdiu autem ſani ſoſpiteſque eſtis, cibis, quos maxime appetitis, vos veſci (moderate tamen) cupio. Nam qui cũ delectatione aſſumuntur cibi, hos ventriculus auidius amplectitur, promtiuſque & expeditius concoquit; ſed ex aduerſo, eos qui diſplicent, refugit, atque auerſatur.

Quantitas cibi & potus debet eſſe tanta, vt calor innatus, in quo vita conſiſtit, neque propter penuriam alimenti reſoluatur, neque propter copiam opprimatur, exſtinguatur ve, ſed vt poſſit vincere & ſuperare. Nam vbi ſecus fit, & vel nimis parce cibus ſubminiſtratur ſtomacho, conſumitur corpus & debilitatur virtus; vel ſi nimius ingeritur, eſt cauſſa putredinis & obſtructionum. Exceſſus autem animaduertitur, ſi anhelitus, puluis, vrina & egeſtio mutentur. Tantum igitur cibi & potionis adhibendum, quantum ventriculus facile concoquere poſſit, vt vires reficiantur, non opprimantur. Sic enim edendũ eſt, vt eſuriamus: & ſic potandum, vt ſitiamus, ſanitatiſq. ſtudium in eo conſiſtit (vt docet Hippocrates)

vt satietas ciborum fugiatur, & alacritas ad laborem præstetur. Nec de nihilo est quod trito fertur prouerbio, Plures perire crapula quam gladio, vnicamq. gulam omnium prope morborum esse matrem, & per eam cursum vitæ sæpe abrumpi. Famem itaque cibus, sitim potus exspectet, auiditas vtriusq. supersit, fastidium & securitas procul absit. Vt autem non plus cibi, quam natura exigit, ingerendum: sic vicissim periculosior est tenuior victus, quam paulo plenior. Sæpius enim accidit, vt si quæ copiosiore cibo collegeris progressu temporis facile consumas; & si quid etiam supersit, repletioni abstinentia mederi possit. Interim meminisse vos decet, omne nimium naturæ esse inimicum, temperantiæ vero mercedem esse robur & sanitatem.

Vt in aliis rebus omnibus, sic etiam in administratione cibi & potus ordo minime est turbandus. Subtiles itaque, liquidi, humidi, ac facilis coctionis cibi, solidis, duris, crassioribus & tardę coctionis cibis præmittātur, ne forte dura liquidis exeundi meatus impediant, & corruptio fiat, secundum versiculum:

Præmittas calidum frigidis, & mollia duris.

Bis in die comedite: sed cum aliqui vestrum nondum ad pubertatem accesserint ter vel quater iis de die cibum capere licet: quod idem etiam colericis & ætate prouectioribus salutare fuerit.

Prandio vel cœnę certas & statutas horas destinare vos minime volo, propter negotia tum publica, tum priuata. Nam cum, propter profectionum, venationumq. commoditatem, corpori curando semper vacare nequeatis, sed tempus prandii vel cœnæ interdum differre cogamini, malo vos hac in parte a Medicorum decretis aliquantulum discedere, vt maior necessitatis, quam huiusmodi exquisitarum præceptionum ratio habeatur. Tempus autem edendi aptissimum est absoluta concoctione, quod fames indicat,

indicat, neque ingerendus alius est cibus, priusquam ingestus plane fuerit concoctus

In comedendo minime moram producite, sed simul omnia fercula vobis apponi curate, vt quod maxime palato & ventriculo arriserit inde deligatis. Alimenta antequam deglutiatis, exactissime mandite, molaribusque optime atterite.

Sumto cibo modice deambulate, mox vero sedete, secundum versum:

Post pastum stabis, passu mollive meabis.

Cœna, cum noctium ingruit longitudo largior & plenior prandio, dum adhuc in iuuenili ætate estis constituti, vobis congruit. Secus vero si catarrhis & destillationibus, nocturnisq. morbis laboratis. Siccus cibus alimenta mollia, potumq. pondere æquet. Inter comedendum sæpe ac parũ bibite. Inter prandium & cœnam potu abstinere cõcoctionem iuuat. Cholericos tamen & pueros hoc præceptum non ita arcte obstringit.

Inter vtramq. comestionem ad minus sex horarũ spatium interponatur, vt tempore intermedio præcipuæ coctiones perfici queant. Hieme rectius cibis actu & virtute vtimini calidis, æstate vero frigidis. Sed nunc ad potum transeamus.

De potu. CAP. VIII.

POtus non minus quam cibus necessarius est, vt corpus humectet, & quod humidum e corpore dissoluitur, restauret, crassioresq. cibos ad loca remotiora depellat.

Moderata vini potio vires reficit calorem naturalem corroborat, humores temperat, purgatque per sudorem & vrinam, corpori alimentum exhibet, appetitum & coctricem facultatem iuuat, & animum, præsertim eorum qui temperatæ sunt complexionis, lætum & hilarẽ reddit. Immoderata vero potio

vini omnes humani corporis sensus lædit, ingenii vires opprimit, animiq. vigorem eneruat, ac hebetem reddit. cerebro ac neruis plurimum officit, tremoré membrorum, spasmum, apoplexiam, paralysin & mortem repentinam adducit.

Vinũ autem præ cæteris illud eligatur, quod præditum est bono odore, colore, nitore & sapore. Vinũ vetus calidum est in tertio gradu, recens in primo. Sed quo est generosius, eo calidius; quo dulcius, eo minus validum.

Vinum defecatũ recenti, siue musto salubritatis palmam pręripit. Hoc enim inflationes & calculos in renibus generat, ægreq. concoquitur. aluum tamen cito mouet, illudque boni saltem præstat.

Inter cætera vini genera præstãs est vinum, quod cum Helenii herbę radice decoctum est. Asthmaticis enim salubre est, & ad concoctionem in primis conducit, purgatq. nonnihil. Ideoq. hoc vini genere ego delector. Vinum etiam saccharo decoctum senibus frigidis, & debilibus conuenit, & quibus humor natiuus & calor naturalis imminuuntur. Nutrit enim & sanguinem generat, & replet partes principales spiritibus.

℞. Vini optimi libras tres.

Sacchari albissimi libram I. coquatur ad lentum ignem more syrupi, serua & vtere cum duabus partibus aquæ decoctæ, vt supra, vel aliter prout vsus postulabit. Hoc vinum siue potius ex vino syrupum Rabi Moses in libro De victus ratione senum & conualescentium approbat. Probo etiam potum Hippocraticum, qui valde his frigidis in locis conducit, hiberno præsertim tempore,

Cereuisia sit ex bono frumento, probe cocta, sit clara, non nimis recens, nec adeo vetus, vt saporem contraxerit acetosum. Cereuisia alit neruos, bonum efficit colorem, e stomacho & intestinis facile effluit,

tempe-

tempore calido confert plurimum, sitim sedat, & corporibus nostris non multo minus salubris est, quam vinum. Obtinet cereuisia, præsertim Hamburgensis, præter nutriendi & calefaciendi facultatem, quam ex tritico aut hordeo nanciscitur, quandam etiam medicandi vim ex lupulo salictario acceptam. Quodque sit potus saluberrimus incolarum in his regionibus septentrionalibus, floridus color, forma elegans & integra corporis constitutio indicant. Nam raro nostrates podagra vel arthritico morbo afficiuntur: Catarrho tamen vel asthmate, vel renum morbo nonnumquam infestantur. Quod si vero quis cereuisiam vsque ad ebrietatem ingurgitauerit, plurimum ex hac detrimenti percipiet. Nam capitis dolorem, inflationes & morbos frigidos inde gigni experietur. Ita vt peior sit crapula, quæ a cereuisia, quam quæ a vino oritur, his præsertim in locis, vbi phlegma & catarrhi in corporibus abundant. Alioqui grauior est, ex vino quam ex cereuisia crapula. Sed cum cereuisiarum diuersa ac plurima sint genera, vnumquemque naturæ suæ rationem habere decet, vt cereuisia quæ maxime sibi conueniat, vtatur.

Aquam decoctionis hordei, quæ ad refrigerandũ tam sanis quam ægris confert plurimum, quaq. ego vti consueui, quemadmodum conficere oportet, hoc loco subiiciam.

℞. Hordei libram dimidiam.
Aquæ mensuras 4.
Glycyrrhizæ semiunciam.
Seminis violarum drachmas ij.
Seminis petroselini drachmas ij.
Rosarum rubearum vncias iij.
Hyssopi, } ana sesquiunciam.
Saluiæ, }

Ficuum,
Vuarum passarum enucleatarum, } ana vncias iij.

Hæc omnia in vase fictili decoquantur tamdiu, donec ad latitudinem duorum transuersorum digitorum decrescant. Vas fictile in aquam frigidam collocetur, & deinde per linteolum excoletur.

Hieme calidum, æstate frigidum bibatur, nec vmquam ante sumtum cibum, nec spatio inter prandiũ & cœnam interposito nisi aliquis choleræ valde sit obnoxius, vel puer, vel in teneris annis inueterato quodã more sit assuefactus. Quæ tamẽ consuetudo mala est, & paulatim tractu temporis in melius mutanda.

Ex aureis argenteisq. poculis bibere, ad sanitatem non parum emolumenti habet, quemadmodum etiam aurum vel argentum cãdens in potione exstinguere prodest. Pocula vestra sint operta & tecta, ne quid detrimentosi illabatur, vel venenum a muscis aut aliis animalculis inferatur.

Potum autẽ niue imposita aut nitro resoluto refrigerare vos nolo, atque hoc vt rem corporibus vestris noxiã prohibeo Nam cum potus niue aut nitro refrigeratur, violenter cogitur.

Cum acetum etiam cum potu cognationem quãdam habeat, pauca de hoc monere, ab instituto meo haud alienum esse duxi. Est autem frigidum in primo gradu, & siccum in secundo proportione: secundum eius aciditatem melancholicis obest, cholericis vero prodest. Vnde calido stomacho pariter & humido eius vsus permissus est. Nam appetitum excitat, concoctionem iuuat, sistit & compescit furentẽ bilem, phlegmati attenuatione siccitateq. aduersatur, pulmoni tamen obest.

Memineris etiam omnia alimenta fulmine tacta noxia & pernitiosa esse. Inest enim illis vis pestifera,

ex qua ſpiritus venenatus in contactu diffunditur. Quare nequaquam potu conuenit vti, qui fulmine tactus degenerarit, ſiue ſit immutatus.

Labor autem cibum antecedere debet, cibus potum, vterq. ſomnum, atque in his omnibus modum ſeruare optimum eſt. Peior vero cibi, quam potionis eſt repletio: peſſima cibi & potionis coniunctim, niſi per vomitum curetur Et hęc de potu dixiſſe ſufficiat. Iam ad motum & quietem progrediamur. Quomodo autem concoctio cibi ac potus perficiatur, ex Galeno hic ſubiiciam.

De concoctione ex Galeno.

Alimentum a ventriculo elaboratũ, vbi ad hepar traxerunt venæ, ibi rurſus feruet & concoquitur, alteraturq. in ſanguinis generationem; in ebullitione autem hac ex ipſis excrementis, quod fœculentum quidem & craſſum, ſubſidet; quod vero tenue exſiſtit & leue, innatat, & veluti ſpumæ quædam in ſuperficie ſanguinis fluitat. Excipit autem quod flauum & tenue eſt, veſica fellis ad hepar poſita, quod craſſum & limoſum lien, quem in ſiniſtris partibus ventris ſubdidit natura. Quod reliquum eſt, rubrum quidem illud & purũ a vena caua in gibbis hepatis orta excipitur, eaq. veluti aquæductu ſanguinis pleno ad vtramq. animalis partem fertur ſuperiorē & inferiorem (nam illa per totum corpus in varios, ſpiſſa ramos diſſeminatur) liquido tenuiq. & aquoſo humore, qui adhuc in hac reliquus eſt, veluti vehiculo ductum donec ad dextrum cordis ventriculum peruenit, vbi hunc renes excipiunt, & ab his veſica maior, per quam eiicitur.

De motu ſiue de exercitationibus corporis.

CAP. IX.

QVoniam magna pars conſeruandæ ſanitatis in opportuna corporis exercitatione conſiſtit, mo-

tus quoque ratio, quo corpus valetudinis conseruandæ gratia agitatur, diligens est habenda. Motus autem tamquam genus cōtinet in se omnes exercitationes, & corporibus nostris necessarius est, tam continuus, tam temperatus, tam varius motus, quā cœlestium aerisque, ignis & aquæ; seruata tamen cōcoctionis & somni necessitate, defatigatione vero & resolutione distillationeque vitata.

Omnis autem exercitatio corpori leuitatem præbet, insitum calorem auget, membrorumque duritiem efficit. Per laborem vires corporis magis accrescunt, membraque omnia redduntur solidiora & robustiora, sed ex contrario membra per otium tabescunt.

Exercitatio acuta corpus tenuat, contraria crassius reddit: multa corpus siccat, mediocris obesum præstat. Vernum exercitium sit maius æstiuo.

Varias autem exercitationum species quærite, & moderatas amate, locoque opportuno & commodo instituite, vt modo ruri, modo in vrbe versemini, interdum nauigio vehamini, nonnumquam vehiculo vltro citroq. feramini, quandoq. placeat venatio.

Suaui & iucunda ambulatione adhibita cibus in ventriculi fundum descendit, longiore & concitatiore etiam frigoris vis dissoluitur. Vt plurimum autem in locis apricis ambulationem instituetis. Sub dio enim nati sumus, cumq. in locis apricis ambulamus, aer & venti nos circumdant, Sol cæterique planetæ & stellæ radios libere in nos proiiciunt, vis siderum obambulantibus nobis e directo magis incidit, nosq. aerem haurimus & attrahimus recentem, quo spiritus cordis egregie reficitur.

Melior itaque est ambulatio sub dio cæteris paribus, quam in porticu; melior in sole, quā in vmbra. Si caput patitur, melior in vmbra quam viridaria efficiunt, quam quæ tecta.

Mane-

Mane circa montes, vesperi vero ad amœni fluminis ripas spatiari conuenit.

Laudo etiam frequentem aquæ nitidæ aspectum, virides & rubros colores, hortorum nemorumque vsum, quemadmodum etiam leuem nauigationem valde probo, & varietatem in primis, facilesque occupationes & diuersa negotia, non molesta, assiduam hominum gratiosorum & felicium consuetudinem.

Laudantur a Medicis eæ potissimum exercitationes, in quibus brachia exercentur, & thorax panditur, vt superfluitates in pectore & pulmone discutiãtur, & materiæ ad inferiora trahantur.

Ascensus & descensus cum quadam varietate etiã mouet corpus, nisi tamen id sit perquam imbecillũ. Equitationis exercitium quoque non est insalubre. Hęc enim spiritus ipsos supra reliquum exercitiorũ genus coroborat, & sensus purgat, stomachoque in primis est apta, & spinam rectam sustinere postulat. Cum itaque his redundet commoditatibus equitatio, & nobilibus maxime conueniat, atq. ad illorum expedienda negotia in primis sit vtilis, in pace iucunda, in bello vero necessaria; nequaquam hanc negligite, sed debitam operam & studium in eam impendite. Quia vero ad eam exercendam naturæ vestræ ductu satis inclinatos esse scio, plura de hac nõ dicã, sed saltem hoc adiiciam, eam si nimia sit, visceribus obesse propter iactationem frequẽtem & membrorum succussionem.

Ego venatione (quam vix quisquam satis iustis præconiis vmquam ornare poterit) vnice delector. Venatio enim non solum vniuersas corporis vires & partes ex æquo exercet, sed etiam animum mira voluptate afficit. Facit nos ante lucem somno excusso leuari, frigoraq & calores tolerare. Equitando totũ corpus venatoris mouetur, eoq pacto insitus calor

augetur, lacerti, brachia manuſque canibus venaticis ducendis agitantur, canum ſtrepitu, clamore & latratu aurium ſenſus exacuitur, vociferatione thorax & vocalia inſtrumenta exercentur, dum feras fugientes ſummo ſtudio venator inſequitur, curſu ad quoduis opus efficiendum agilior redditur, in velocitatem celeritatemque ferarum, atque in canum incurſum, inſultumque acies oculorum intenditur; qua re viſus melior perfectiorque efficitur. Sæpenumero in venando animus, vbi ferox aliqua beſtia ſeſe obiecerit, ardore quodam incaleſcit, deinde cupiditate & honoris ſtudio captus, cæde ferarum mire afficitur, dumq; omnibus corporis aduocatis viribus, omniumque neruorum contentione certamen aggreditur conficitque tandem, laboris victor reipſa lętatur. Membra quoque, & inſtrumenta reliqua venatoris, ex mutuo ipſorum attritu redduntur duriora & robuſtiora; ſpiritus vehemētius mouetur, muſculi & nerui validiores efficiuntur. Taceo, quæ conſilia in feris indagandis, quam diligentem in capiendis laborem, in feriendis & percutiendis ſtudium venatorium requirat, ex ipſo etiam conatu ad multa meliores & ſapientiores euadimus. Denique venatio maximam cum re bellica ſimilitudinem habere videtur. Hæc enim ſibi præficit ducem, cuius dictis omnes auſcultant atque obediunt, hoſtem excurſionibus prouocat, exploratores in ſpeculis diſponit, inſidias abdit, apertum martem ſimulat, diuortia quæ ad fugam patent, obſeruat, per ſaltus quidem & arua pedites præmittit, loca plana & aperta equitum alis præcingit, cornuum ſtrepitu progreſſus aut receptus, prædam aduentantem aut euadentem ſignificat, moueri caſtra indicat. Adeo vt omnino concludendum ſit, venationem bello ac pugnæ ſimillimam. Ex his itaque conſtat, venationem triplicem nobis præſtare vtilitatem, vnam ſanitatis; alteram,

tam, ſcientiæ rei militaris; tertiam, victus. Sed ne abſq. ratione hanc venationis diſciplinam vobis cō-mendare videar, Xenophontem, qui fuit præſtans Imperator, bonus paterfamilias, & diligens naturæ ſuæ conſeruator, huiusque artis peritiſſimus, magnis hanc laudibus efferentem introducam, cuius ſummi viri teſtimonium maximam apud vos habiturum auctoritatem ſpero. Is in ſuo De venatione libello ſic inquit: Qui ſtudio venationis dediti ſunt, magnā ex eo vtilitatem capiunt. Nam corporibus bonam valetudinem comparant, hinc vident, audiuntq magis, ſeneſcunt minus: Hæc ad bellum præcipue inſtituit; Primo quidem, ſi vias iniquas ſub armis ambulant, minus laſſantur: nam labores ſuſtinent, quibus feras capere conſueuerunt. Deinde, poterunt humi iacentes quieſcere, ad imperatoris edictum præſto eſſe. In adeundis hoſtibus inuadere ſimul & imperata facere, cum feras ipſi hoc modo venentur. Nec vero in fronte locati deſerunt acies, quia ſunt paratiſſimi. At in hoſtium fuga vbiq. illos propter locorū peritiam recte ac tuto perſequuntur. Quod ſi exercitus ſuus infeliciter pugnauerit, in ſiluoſis, abruptis, iniquiſq. aliis locis ſeipſos cum ceteris non turpiter ſaluare poterunt: nam conſuetudo venandi nōnihil eos peritiores reddit. Et hi plerumq magna commilitonum turba fugiente, victores hoſtes propter locorum difficultatem errantes, ſuo ipſi robore & audacia repugnando terga dare coegerunt. Nam fortuna fere corporis & animi fortitudinem comitatur. Quod cum maiores noſtri cognoſcerent, hinc rem aduerſus hoſtem bene geri, ſtudium hoc iuuenum inſtituerunt. Hæc ille.

Sunt & alia exercitia, quib. ſanitas conſeruari poteſt, vt certamē equeſtre, curſus, natationis, gladiatorum, ſagittariorum, & vſus pilæ proiectilis noſtris temporibus in his regionibus vſitatæ. Item geſtatio,

vectio, cantatio, clara lectio. Paruæ etiam pilæ siue sphæræ vsus a Galeno commendatur, quod crura, brachia, ceruicem, caput, oculos, dorsum, lumbos, & omne ex æquo corpus moueat.

Nonnulli frictionem & cohibitionem anhelitus exercitationibus annumerant, quæ cum aliquem in tuenda valetudine vsum habeant, leuiter perstringendæ veniunt.

Frictione, si dura est, corpus duratur & corroboratur: dum scilicet excrementa, quæ spatia particularum intermedia occupant, discutiendo membra densantur, compactioraque & firmiora euadunt. Si mollis, mollitur; diffuso nimirum, non autem discusso particularum humido, aut etiam nouo aliunde accersito. Si multa, minuitur; si nulla, repletur, Ego discessurus cubitum tibiis, brachiis, anteriori & posteriori parti corporis, frictionem singulis fere diebus sub noctē ad focum per pueros mihi ministrari curo. Idque ad quartam coctionem, quæ in venis perficitur, iuuandam: quæ res vtut nulla ratione satis approbari posse videatur, mihi tamen, ni fallor, summopere contulit. Qui matutino tempore frictiones huiusmodi esse opportuniores censebit, is vt suum & ipse sequatur genium suadeo. Cohibitio spiritus nunc non est in frequenti vsu. Illud tamen monuisse non pigebit, retentionem spiritus contra singultus leuiores, ex frigiditate ortos, præsens esse remedium, vt Aristotel. quoque 33. Sect. Problem. 1. testatur.

Omnis vero exercitatio lēte suscipiatur. Facit hoc ad probiorem suscepti operis continuationem: & est alioquin omnis motus, qui secundum naturam est, initio sui tardior ac debilior, in progressu autem & fine celerior expeditiorque.

Exercitationes autem bene valenti sunt ad præcautionem accommodatissimæ, omnes tamen con-

fecto

fecto prope duplici cõcoctione cibo, aluoq. subducta, id est, bono mane. Sic enim & alimenti coctio, & eiusdem concocti digestio per corpus promouetur, & si quid excrementorum ibi hæserit, expurgatur: Alioquin post digestionem quidem corpus absumũt, & colliquant; post cibum autem caput grauant, coctionem perturbant, impurisq. crudis succis corpus replent vniuersum.

Exercitatio producatur ad sudorem vsque, quo guttatim emanante rursus intermittatur, vel etiam continuetur, vsque ad defatigationis initium: idque ipsum modo magis, modo minus faciendũ est. Hieme sit prolixior, quam æstate. Et plus debet se exercere phlegmaticus, quam cholericus: vt enim animi, ita corporis quoque exercitia moderata & tempestiue adhibita sint oportet: mala est enim nimia defatigatio atque exsolutio corporis, peior animi, vtriusque simul pessima, oppositis nempe hominem motibus distrahẽs, vitamque disperdens. Moderatis autem laboribus corpus, animus honestis actionibus roboratur.

Cæterum cũ exercitio aliquo incalueritis, ne statim vẽto aut frigido aeri vos exponite. Omnis enim subita mutatio est periculosa, cum alias tum vero maxime, cum ab altero extremorum ad alterum fit transitus: quæ paulatim fit, magis est tuta. Ne autem hoc loco sim longior, cum Hippocrate & Celso concludam, sanitatis tutelam auspicandam esse a labore, quem excipiant cibus & potio, deinde somnus, mox venus. Sed labor, cibus, potus, somnus & venus, omnia sint mediocria.

De quiete & otio. CAP. X.

QVemadmodum exercitationis vsus legitimo, debitoque tempore administratus ad sanitatẽ conseruandam plurimum momenti habet: ita quies

immodica & perpetua non solum corporis, sed & animi vigorem obtundit. Nam vt per exercitium calor innatus suscitatur, adeoque ciborum concoctio, digestioque eorundem promouetur, ita per otium accidunt contraria. Otium igitur immodicum, tamquam ipsissimam pestem vos fugere volo: nam, vt Poeta inquit, *Varia semper dant otia mentem.* Naturæ tamē expedit, vt corpus labore defatigatum requiescat, præsentissimumque lassitudinis remedium, & exercitationis condimentum est quies, vt Poeta inquit,

Otia corpus alunt, animus quoque pascitur illis;
Immodicus contra carpit vtrumq; labor.

Hunc igitur scopum vitæ vobis, filii mei carissimi, in primis præfixum esse volo, eam præcipue ob caussam vos in hanc lucem editos esse, vt Deo immortali, patriæ, propinquisq. inseruiatis, non vt edatis, bibatis, dormiatis, otioq. diffluatis. Edimus enim & bibimus vt viuamus, nō viuimus vt edamus & bibamus, vitamq. in otio absq. honesto labore traducamus. Et hæc de quiete & otio dixisse sufficiat.

De somno. CAP. XI.

POsteaquam de motu & quiete dixi, restat vt de somno & vigilia breuiter verba faciam. Est autem somnus vt Hippocrates libro de insomniis ait, quidā quasi recessus animi in seipsum. Item, animalium facultatum requies, vinculū siue vacatio sensuum exteriorum, & motus localis ab vtili quadam humiditate, vt putant cerebrum madefaciente, inclinationemq. ad somnum inducente proueniens. Somnus autem vires roborat omnes, corpus reficit, concoctionem confirmat & perficit, ęgritudinem obliuione delet, lassitudinem leuat, mentis insaniam corrigit. Præterea internas corporis partes humectat, visceribus vt functionibus suis obeundis sufficiāt, & ad omnia

omnia naturæ opera plurimum confert. Interdiu vigilare, noctu vero dormire oportet: nocturnus enim somnus maxime secundum naturam exsistit. Hæc interualla motuum atque hunc ordinem Deus ab initio in natura sanxit.

Somno tamen non nimis indulgendum est, pomeridiano vero neque etiam parum: nam is vt valetudinis hostis capitalis (nisi tamē vbi quis nocturnis laboribus aut vigiliis a sopore præpeditus fuerit) est fugiendus. Et sane qui ita sunt somno dediti, vt magnam diei partem stertant, & cum gliribus certent, raro ad iustam perueniunt senectutē. Etenim ii magnam impuriorum excrementorum copiam non solum ex cerebro, verumetiam aliis corporis partibus accumulare solent. Alios consuetudo subleuat: sed assuescere iis, quæ præter leges naturæ fiunt, cōsultum vobis non est.

Vt autem nimius & immodicus somnus noxius est, sic moderatus proderit vobis in primis, cum ad decrepitam senectutem fueritis progressi, ad humectandam siccitatem. Duabus horis a cœna vigilate, priusquam vos quieti mandetis. Lucubrationes nocturnas fugite. Somnus vester spatio 7, 8 aut ad summum 9. horarum circumscribatur, idque hac conditione. Si concoctio alimentorum probe & perfecte fuerit absoluta, quod vel ex vrinæ flauitie, vel corporis alacritate, & membrorum vigore cognoscitur. Item; quando nec ventris dolor, nec ructus, nec oscitatio adest. Nonnumquam etiam nocturna vigilia aut crapula diurna prolixiorem somnū exigit. Eo magis si vos peste aut veneno infici contigerit per initia præsertim mali cauendum erit, ne per nimium somnum venenum ad intima pręcordia illapsum vos exstinguat. Virium tamen semper habenda ratio fuerit.

Quod si noctu vigiliis detenti, ex vno latere vos in

alterum voluitis & verſatis, vigileſq. permanetis, alia poſt aliam imaginatione accedente, ac ſomnum intercipiente; non inutile fuerit ſurgere, lenteq paululum inambulare, & poſtea cubitum redire.

Cubiculum ſit amplum, verſum ad Septentrionẽ vel Orientem, non ita multis diſtinctum feneſtris, quæ tamen, vbi nulla lues aerem infecerit, de die aperiantur, nocte autem claudantur. In cubiculo interdum accendatur focus, vt aer flamma purgetur: nonnunquam ſuaues ſuffitus & ſuffumigia excitentur, quibus cerebrum alteretur; omni tamen fumo, priuſquam ingrediamini, diſſipato.

Nocturno tempore candela ex puriore cera confecta accendatur. fumus enim ex ceteris candelis magis nocet.

Lectus ſit mollis, & vndequaque viridi cortina ſeptus. Culcitram præſtat ex goſſypio aut ſerico crudo, vel etiam cocto, quam ex plurimis eſſe repletam.

Tegetem nõ decet eſſe nimis calidam, neq nimis frigidam, ſed pro qualitate aeris, ita temperatam, vt concoctionem adiuuare queat. Ideo ſecundum anni tempora mandata eſt.

Cloacæ quam longiſſime a cubiculis dormitoriis ſint remotæ, & matula ſit operculo tecta, ne cũ prope lectum collocatur, fœtor inde exhalans lædat cerebrum.

Primum decubitum in dextro latere auſpicandũ eſſe, annotarunt Medici, ſecundum vero in ſiniſtro, atque in hoc ſomnum eſſe perficiendum capite alte ſuper puluinar eleuato, coopertoque tenui linea cucupha, in cuius ſummitate ſit foramen, per quod vapores exhalare queant Dormiendum alii haud aperto ore dicunt, quod tamen patri meo fuit familiare, & a me hactenus quoque ſeruatur, ideoque vobis cum minime incommodum fore reor: Aperto enim ore dormientibus aqua ſiue humiditas aliqua

ex

ex ore descendit, quod mihi sæpe solet accidere: Supinus decubitus corporibus est noxius & plane fugiendus.

Vt autem sciatis, qua animi securitate somnum inire vos velim, patris mei exemplum vobis hoc loco ob oculos ponam. Is enim solitus fuit dicere, se cum cubitum contenderet, vestesque exsueret, omnia simul negotia ac cogitationes, tam de rebus publicis, quam priuatis, simul deponere & exsuere, vt eo melius somno vacare posset; summo autem mane se vna cum vestibus negotia & cogitationes pridianas reassumere. Quam consuetudinem vobis etiam imitandam, memorique mente seruandam esse duco.

Iam subiiciam vnum atque alterum medicamentum, quo somnus allici queat.

℞. Oleum rosaceum, vel paululum Camphoræ natiuæ; misce cum lacte mulieris, a qua femella lactatur, caputque summum irriga.

ALIVD.

℞ Olei nymphææ.
Olei violarum.
Vnguenti popul. ana semunciam.
Opii gr. tria.
Croci triti gr quatuor. Fiat vnguentum, quo tempora & nares illinantur.

ALIVD.

℞ Olei rosacei vnciam vnam.
Aceti drachmas tres. Agitentur cum albumine oui, & temporibus applica

Non alienum fuerit hoc loco paucula quædam de insomniis quæ cognationem quandam cum somno habent, addere. Illa enim corporis affectũ declarant, & sunt simulacra præcedentium, vel notæ rerum consequentium sane non prorsus fortuitæ: nam rationi cõsentaneum est, certis temperamentis fami-

liaria esse quædam somnia mantica & vera, nosque ea quæ ad amicos pertinent, tacito quodam mentis præsagio perspicere ac præuidere. Idque eam ob causam, quod amici quamuis locorum interuallis disiuncti, mutuam de rebus suis suscipiant curam atque cogitationem.

Mihi sane vsitatum est in somnis meos & amicorum casus & euentus præuidere. Quemadmodum memini me multa vera habuisse somnia, præsertim in aurora, quæ mihi præterita in mentem reuocabant, de futuris admonebant, tam de meis priuatis & domesticis, quam amicorum rebus, quibus quæ mihi, vobis, cæterisque amicis & cognatis essent euentura, tacita quadam adumbratione indicabātur. Sæpe etiam de successu institutæ venationis vera somnia habui.

Patri meo verum somnium ea nocte quæ extremum ipsiq. fatalem diem proxime præcedebat, obiectum est: nam in somno oblata est ipsi horrenda mortis species, cum qua acriter & grauiter dimicare sibi visus est, adeo vt omnibus viribus totiusq. corporis nisu ac conatu aliquid amoliri, ac auersari existimaret, cum alioqui præ languore membra mouere non valeret. Quod conspiciēs Paulus Rantzouius, patruus vester, qui forte vigilans ipsi præsto erat, rogauit patrem, quidnam sic conaretur depellere. Cui respondit, sibi in somnis mortis speciem esse obiectam, cum qua grauem sustinere luctam coactus fuisset, verum se tamdem victum succubuisse. Quod verum fuisse somnium insequens dies testatus est, quo placide exspirans vitam cum morte commutauit, & ex hac lacrymarum valle ad æternæ beatitudinis gaudia concessit.

Habui & ego aliquādo verum somnium de bello Suecico & Danico, & illud in primis de Daniele Rātzouio, qui in oppugnatione arcis Walpurgæ globo

ictus

ictus periit. Verisimile est, ea quæ per somnium irrumpunt, simulacra esse nostrarum actionum : videtur namque anima (vt ait Hipp lib De insomn.) in somno profundum corporis ingressa, externis sensibus posthabitis, corporis affectum sentire, & omniũ quæ concupiscit, tamquam iam pręsentium imaginationem arripere. Nec dubium est, quin animus curis, cogitationibusq vacuus, ac seipsum contemplans melius præuideat.

Quoniam autem antea dictum est, insomnia esse notas rerum futurarum, iam obseruabitis has breues pręterea insomniorum significationes, nempe, quod ignis obiectus oculis in somnis flauam bilem designet; fumus aut caligo, atram bilem; pluuia, frigidi humoris abundantiam; nix & glacies frigidam pituitam. Porro res odoriferæ bonorum humorum sunt testes. Nunc ad reliqua pergemus.

De vigilia. CAP. XII.

ETSI somnus & vigilia plurimum ad tuendam corporis sanitatem conferant, tamen vtrumque, si modus in his excedatur, est noxium & malum: vehemens enim vigilia exsiccat, spiritum resoluit, concoctionem impedit, & tum cibi tum potionis cruditatem efficit Vigilandum est itaque de die, dormiendum autem noctu, ita vt vigiliis tranquillitas etiam interponatur, vnaque cum sole oriente surgendum (quod tamen in æstate, cum longissimi sunt dies, haud ita exacte præstari potest) quia tum mouetur sanguis, omnesque creaturæ vires suas de integro instaurant.

Postquam autem surrexeritis, in primis frigus matutinum, tamquam corporibus vestris noxium, vitate: deinde excrementa alui & vesicæ euacuate : vt fusius deinceps monebimus.

Et dormire bonum & vigilare, sed vtraque quamuis
Optima si fuerint, immoderata nocent,

De excretione in genere.

CAP. XIII.

TRactaturus de excretione & retentione, non tam operam dabo, vt omnia & singula redundantiæ genera & differentias sigillatim referam, quã vt pauca & necessaria, ac ad incolumitatem corporũ vestrorum vtilia succincte expediam.

Lubricus & laxus aluus sanitati plurima commoda præstat: quæ enim purgationes sponte ac naturæ beneficio accidunt, sunt saluberrimæ. Excrementorum autem sunt optima, quæ nec nimis dura, nec nimis fluida, nec colliquationem aut putredinem præ se ferunt: sed ad modum mellis coniuncta, quæ sunt conuenientis fœtoris, & sine punctione, cum voluptate & facilitate exeunt. Siccitas enim calorem igneum & laborem corporum, resolutionem humiditatis, & sicca nutrimenta significat. Humiditas vero nimia oppilationem & malitiam digestionis, atq. intestinorum debilitatem designat. Bis igitur in die deiiciatur aluus, mane cum e lecto surgitis & vesperi cum cubitum disceditis. Nec crepitus ventris, si soli estis, retineatur. Vrina vero quotiescunq opus fuerit, reddatur; est enim eius retentio non naturalis. Sordes pulmonis & cerebri eiiciantur. Particularium quoque membrorum excrementa, vt aurium, narium, palatique mature euacuentur. Nunc ordine singula breuiter recensebo, per quæ excrementa corporis excernuntur: ac primum de venæ sectione dicam.

De sectione venæ. CAP. XIV.

SAnguinis vsus est in corpore humano vt nutriat, vtque ex eo omnes corporis particulæ alantur. Cum

Cum autem vena ſecatur, vna cum ſanguine copioſo, vitalis excernitur ſpirit⁹, & ſic virtus naturalis diſſoluitur. Recte enim Galenus inquit, quod incontinentes, ebrii, ac gulæ dediti, neque purgatione, neq. ſanguinis miſſione magnopere iuuentur. Cum itaque vos crebris & vehementioribus vtamini exercitiis, nec ad amuſſim, ita vt optima conſeruandæ valetudinis ratio exigit, vitam inſtituatis, neque ſemper eam, quam præſtare deceret præſtetis temperantiam; non poſſum non vos ſummopere dehortari, vt ne per venæ ſectionem, tempore præſertim intenſi frigoris vel æſtus corpora veſtra crebro euacuetis, ne poſtea in viuidioris ſanguinis emiſſi locum aqua humida ſuccedat. Quod ſi tamen morbus aliquis ex ſanguinis copia & vbertate vel aduſtione ortus, eius emittendi neceſſitatem vobis attulerit, hęc lex frangenda erit, & eo caſu ſecundum periti Medici conſilium, ſanguinem per venæ ſectionem educere poteritis. Si autem emiſſus ſanguis fuerit rubeus & aqua candida ſuperfluat, ſignificat ſanitatem corporis, ſi ſanguis ſpumoſus, male habet circa pectus; ſi viridis, circa cor.

De Cucurbitulis. CAP. XV.

AT ſi quis veſtrum plene ſanguine abundat, ita vt euacuatione omnino egeat, is cucurbitulis cum ſcarificatione vtatur: Cuicumque enim particulæ corporis affixæ fuerint, huius ſanguinem eliciunt, exſugunt & euacuant. Hæc appoſitio cucurbitularũ nõ eſt tam periculoſa, quam ſi venę ſectio tentetur. Cum enim vena ferro tangitur, multa ſæpe & periculoſa comitantur ſectionem accidentia, nonnumquam totius brachii conuulſio vel reſolutio & alia eius generis incõmoda. Eius rei exemplum eſt, quod Medici nonnulli & Aſtrologi certo affirmãt: Si quis tẽpore natiuitatis ſuę caudã Draconis in quopiam ſi-

gno habuerit, & eodem ſigno aſcendente, eodemq; gradu poſtea venam ſecuerit, præſens mortis periculum ſibi accerſit.

De Hirudinibus. CAP. XVI.

PER hirudines etiam, ſiue ſanguiſugas, quæ cucurbitarum vicem explere poſſunt, minui & educi olim ſanguis ſolebat, ſed iam harum vſus exoleuit. Amita tamen mea quondã Abbatiſſa cœnobii Itzehoenſis, quæ octogenaria deceſſit, ſingulis annis hirudines loco cucurbitarum applicare membris, etiã in decrepita ſenectute ſolebat. Erat enim corpulenta & ſucci plena. Rationem quam in his eligendis & admouendis habuit, breuiter exponam. Vſa eſt hac ratione minuendi ſanguinis potiſſimum inter feſtũ Pentecoſtes & D. Ioannis diem, aut circa diem Bartholomæi. & vnicuique pedi quatuor, brachiis vero ſingulis duas hirudines appoſuit. Nonnunquam etiam quaſdam inter vtramq; ſcapulam collocauit, vt ſanguinem a capite educerent.

Circa meridiem autem hirudines ſunt capiendæ, & propter virulentiam ante horam ſextam veſpertinam, non ſunt admouendæ, quæ adhibitæ ſanguine effluente trahere non deſinant, donec ipſæ ſua ſponte decidant. Quibuſdam vero quæ ſua ſponte haud cadunt, aliquantulum ſalis capiti aſpergendum eſt, ita mox delabentur. Ea autem pars, vnde ſanguinem extraxerunt, iniecto linteolo vel ſpongia fouenda eſt Nam nonnumquam e foraminibus cutis cruentæ lacrymæ effluere ſolent. Hirudines decidentes in peluim iniicere & necare, poſteaque vna cũ ſanguine extracto terra obruere oportet ne in aquam reuerti queant. Sunt autem capiendæ tempore æſtiuali ſole radios ſuos fortiter exſerẽte, ex piſcinis aut fluuiis graminoſis. Hæc enim ſunt leues, planæ & nigræ, mediocris magnitudinis. Quædam vero, hirudi-

hirudines paruæ sunt, quæ dicuntur palustres *Mohr-iglen*, quarum ad hanc rem nullus est vsus, quædam habent acutum dorsum, dicunturque equinæ; quæ itidem fugiendæ sunt: nam sunt venenosæ. Et hæc de sanguinis missione, adpositione cucurbitularum & hirudinum monuisse satis est. Restat vt reliqua etiam excretionis genera persequamur.

De purgationibus & clysteribus.

CAP. XVII.

PVrgationes vt interdum sunt necessariæ, sic frequentes periculum afferunt. Ii qui exquisitis vtuntur purgationibus, cito senescunt. Nulla enim purgatio absq. admixtione veneni ministrari potest. Et si fuerit vehementior, comitatur hanc repentina deiectio, quæ stomachum & cor debilitat, spiritus multos exhaurit, confundit humores, ita vt qui hanc crebro adhibent, penitus contabescant. Et merito hac in parte dictũ Hippocratis laudatur, qui inquit: Qui corpore bene se habent, hos purgare periculosum est. Quapropter o filii, omnium purgationum, & præcipue vehementium vsum vobis omnino interdico. Si quis bonam dietam in vita adhibet, purgationibus non eget. Cereuisia Hamburgensis vim purgandi, aluumque emolliendi satis euidentem obtinet. Liquidiores quoq. epulæ in principio sumtæ aluum mouent. Vinum item Nectarites siue Inulatum eandem virtutem præstat. Folia quoque Senæ in cereuisia vel aqua pura, cum prunis damascenis decocta aluum soluunt. Sed subiiciam medicamenta quædam aluum emollientia & lenientia, quæ, si necessitas ita feret, adhibere poteritis.

Suppositorium quo pueri etiam tuto possunt vti.

Sume recentem oui tosti vitellum, quem sale cõspersum, cultroque vna cum sale in tenuissimas con-

cisum particulas commisce. Huius partem aliquam magnitudine auellanæ linteolo tenui insere, filoque longiore constringe, id quod propter commoditatem extractionis minime præcidas. Postea in oleum feruens iniice, ex quo rursus exemtum mox in loca secretiora, dum calet, insere.

ALIVD.

Confice ex melle aut sale, aut ouis & farina, aut ex lardo fumo indurato balanum, aut etiam ex stercore muris, vel decoque hordeum in aqua calida, & ius illud cum saccharo bibe.

Glandes quibus pater meus tempore morbi vti consueuerat.

℞. Mel decoctum ad spissitudinem, misce cum farina triticea. Postea mitte in mensam, & addito recenti butyro, non salito in teretem longamque formam finge. Deinde immitte in oleum, ex quo rursus exemtum loco secretiori insere.

Clyster.

℞. Radicum cichorii, liquiritiæ ana vnc. dimid.
Intubi satiui drach. ij.
Herbarum cichoreæ, maluæ.
Bismaluæ, ana manip. vnum & dimidium.
Mercurialis manipulum vnum.
Sem. cichorii, fœnicul. ana drach. j.
Fœnigræci, lini, ana drachmas ij.
Florum Camomillæ tertiam manipuli partem.
Fiat decoctio pro enemate.
℞. colaturæ vncias xi.
Quibus adde oleorum violarum vncias ij.
Camomillæ vnciam vnam.
Mellis rosati colati vnciam dimidiam.
Sacchari rub. vnciam dimidiam.
Electuarii lenitiui, cassiæ pro clysterib⁹, ana drach. vi.
Misce, fiat enema.

Purga-

Purgatio suauis & vtilis omni ætati, sexui & morbo.

℞. Foliorum senæ expurgatorum vnc. I.
Cinnamomi, Zinzib. ana drach ß.
Sacchari candi vnc ß.
Sacchari drach. vj.

Bulliant in seri lactis caprini lib. ij. per 4. horæ partem, deinceps macerentur per noctem, ex iure hoc potui detur ab vnc. I. vnc. v. mane & per vnam horam ante cœnam, quoad recte laxetur aluus.

Aliud Medicamentum purgatiuum cuiusdam Medici Friderici Regis Daniæ, quo Rex ipse & multi nobiles vti consueuerunt.

℞. Foliorum senæ Alexandr. recentium abiectis stipitibus vnc. j.
Rhabarbari optimi drach ij.
Agarici electi drach. iij.
Cinnamomi electi vnciam vnam semis.

Infundantur per horas XII. secundum artem in sextariis duob. tepentis vini Rhenensis optimi. Deinde colentur per saccum laneum (quem manicam Hippocratis vocant) sexies aut septies, & dulcorentur lib. semis sacchari optimi in modum nectaris. Vt autem compositio huius medicamenti tanto melius intelligatur, breuem declarationem adiiciemus.

Sumantur & eligantur folia Senæ minutissima ac viridissima, Rhabarbarum non contundatur, sed acuto cultro in tenuissimas particulas conscindatur, Agaricum eligatur albissimum, nullis flauis aut nigris maculis interspersum, idq. ad tyrocnesten atteratur: Cinnamomum vero tundatur.

Hæc omnia misceantur in duobus sextariis vini Rhenensis, ac super calidos cineres, vel ad fornacem ponantur per spatium XII. horarum. Deinde colentur per laneum saccũ septies, & postea addatur lib. ß

Sacchari optimi contusi, & bene misceatur. Quotiescumq igitur quis se purgare voluerit, sumet vel exhauriet dimidium sextarium huius potionis. Reliquum in vase testaceo bene obturato ad vsum seruabit. Alius quidam Medicus hoc medicamentum in syrupum laxatiuum durabiliorem mihi commutauit hoc modo, quem & vobis vtiliorem iudico,

℞. Foliorum Senæ Alexandr. recentium abiectis stipitibus vncias ij.
Rhabarbari optimi drachmas iiij.
Cinnamomi electissimi vnc. iij.
Agarici albissimi leuissimi vnc. j.
Cubebar selectarum drach. j.
Seminum fœniculi.
Anisi, vtriusque drach. ij.
Spicæ Nardi scrupulum vnum.
Zinziberis drach. dimid.
Vini Rhenensis optimi lib 7.

Ferueant omnia lege artis in duplici vase per horas 6. Deinde permaneant in infusione per horas 12. Postea fiat fortis expressio, & colentur per saccum mundum sexies aut septies. Tandem adde sacchari puri & albissimi dissoluti lib. 1 ß. & fiat in modum nectaris, atque detur in vsum.

Dosis potest esse pro adultis ad vnc. quatuor; pro infantibus ad vncias duas. Vna autem vncia huius syrupi sumitur duobus cochlearib. mediocris magnitudinis. Nam in qualibet libra sunt 4 drachmæ laxatiuorum. Parum igitur præstabunt vnciæ quatuor pro vna dosi.

Aliud medicamentum purgatiuum.

℞. Electuarii rosati drach. iij.
Diaprunis laxatiui.
Diaphœniconis ana drach. ij.
Sacchari albissimi drach. viij.
Misceantur & fiat bolus.

Alia

Alia Purgatio.

℞ Mannæ Calab.opt.drach.ſex.
Rhabarb. electiſſimi ſcrupulos duos.
Spec.hieræ pic.ſimpl.ſcrup.dimid.
Aqua Endiuiæ vncias quatuor.
Syrup de Bugloſſ. vnciam dimidiam.
Miſce diligenter.

Nonnulli etiam iniectione clyſterium vtuntur, quæ interdum vitiis inteſtinorum medentur, quibus purgatio per aſſumta ſuccurrere non poteſt. Horum deſcriptiones ex Medicis ſunt petendæ; duas tamen iam præmiſi. Hoc vero obſeruandum in purgationibus, quod medicamẽ purgans ſiue apponatur corpori ſiue bibatur, tepidum eſſe conueniat; aſtringẽs vero & repellens, frigidum; digerens vero paulo calidius purgante.

De Vomitu. CAP. XVIII.

FRequens vomitus ſanitatis indicium eſt. Eſt autem vomitus materiæ contentæ in ſtomacho per ſuperiora expulſio, & omnium purgationũ ſaluberrima cenſetur. Noxios humores ex ipſis fontibus hęc elicit atq. expellit, omnemq. in ventriculi capacitate, eiuſque tunicis hærentem illuuiem expurgat. Quamquam autem primum ab inferiorib. reuellit, conſecutione tamen caput; reliquumq. corpus leuat. Et ea quæ purgatio non eluit, exſtirpat vomitio. Si quis gulæ indulſit, hæc maxime noxæ medetur In æſtate totũ corpus purgat, in hieme phlegma & ſtomachum. Singulis itaq. menſibus bis vomendũ, idq; duobus continuis diebus. Nam quod prima vice relictũ, id altera eiicitur Tradit cũ Diodoro Herodotus, Ægyptios & Chaldæos quouis mẽſe triduo ſe vomitu purgare, & clyſteribus inteſtina eluere, ſanitatis conſeruandæ ergo. Arbitrãtur enim omnes corporis languores ex cibis & aeris mutatione oriri. Quod ſi

quis nauſeam habet, & tamen vomere non poſſit, obſeruet vomitum excitari infuſione aquæ calidæ, ſalis & butyri, vel immiſſione digiti in os. Quia retentio cibi corrupti in ventre eſt valida corporis deſtructio. Ad ciendum facilius vomitum facit ſyrup. acetoſus vel oxymel, ſi aliquo ante vomitionem tempore accipiantur; tum ciendus vomitus tepente aqua, cui ſit admixta particula butyri, vel decocto paulo inferius deſcribendo. Ego quoties conuiuiis amicorum intereſſe, ventriculumque vino, cereuiſia, & variis obſoniorum generibus, plus æquo diſtēdere cogor, aliquanto liberius genio indulgeo, vt eo facilius per vomitum hæc eiicere poſſim. Deinde inſertione digiti in os vomitum prouoco.

Moueatur autem vomitus in locis calidis, vultus, facies, os, oculi, fauces denteſque abluantur aqua, cuius ſupra facta eſt mentio, quę videlicet æquales partes vini, aceti & aquæ roſarum continet. Siniſter pollex cauo manus inſeratur. Sequuntur iam quædam, quibus mouendi ſtomachi vis ineſt. Poterit hoc pacto non inutile vomitorium parari. ℞ Seminum aneti, atriplicis, raphani, ana drachmas iij. aquæ fontanæ libram vnam & dimidiam. Decoquantur omnia ſimul vſque dum maneat libra vna, poſtea coletur. Tepidum exhibeatur. Si vero poſt dimidiam horam non eiicitur, tunc digitus aut penna oleo tincta in fauces demittatur, & ſtatim ſequetur vomitus. Vomitum ſine magna moleſtia prouocat potio dimidiati ſcyphi vini albi, in quo maceratus ſit cortex medianus iuglandis iuxta radicem, ſumendo huius corticis minutim inciſi drachmas duas vel tres, & macerandæ per totam noctem. Bibatur mane poſt cibum, aut paulo ante cibum. Vomitus autem, qui iteratur frequentius quam bis in menſe, eſt noxius. Sed qui fit in die critico cum alleuatione, eſt bonus. In febribus vero peſtilentialibus ſemper malus. Immodi-

modicus autem vomitus, qui vires corporis plane prosternit, hoc modo restringatur: Vomens lauetur & fricetur, ac extremæ corporis partes vinculis violenter cohibeantur, pedibus vero aquæ calidæ immissis odoramenta frigida adhibeantur. Quod si vomens cibum denuo eiecerit, cucurbita ori ventriculi applicetur.

De vrinæ excretione. CAP. XIX.

CVM vrina merito inter euacuationis species referatur, pauca de hac quoque monere decreuimus. Est enim vrina serosior pars sanguinis a renibus attracta.

Præstat autem vrinam non supprimere, sed emittere, quandocunque natura exigit, ita vt etiam vel non stimulante natura excretionis conatus sit adhibendus. Si enim excretio vrinæ, vltra quam par est, protrahitur, renum ac vesicæ calculi inde procreantur, aliiq. dolores sequuntur. Ipsa enim vesica extenditur, atque vrina supprimitur; & sic concoctrix facultas propter tensionem læditur.

Vrinarum inspectio atque cognitio non plane damnanda est, proptetea pauca subiiciam.

Optima vrina est in substantia mediocris ac quãtitati potionis, quæ assumta est, proportione respõdet: matulæ non adhærens, colore subrufa & subflaua, auroque non puro similis, pro ratione tamen ætatis, sexus, temporis, sedimento albo leui & æquali, sine pilis, bullis, tuberculis & aliis malignis contentis. Alba vrina cruditatis nuntia est, & concoctricis facultatis debilitatem significat. Rubea calorem indicat. Nigra est mala. Viridis mortem plerumq. designat. Bulla & integra corona grauedinem, doloremque capitis significat.

Sanorum vrina est clara, permanetque sicut emissa est, in qua nulla aut valde exigua hypostasis cõspi-

citur, vt in aqua rosacea. Aliquando clara emittitur, & postea subsidit, significatque imperfectam concoctionem. Quæ autem crassa excreta est, talisque persistit, hominem non sanum, sed ægrotum designat. Nonnumquam vrina repente turbida euadit, hoc sanis post exercitationem, ægrotantibus post morbos euenit. Ego cum indulgeo poculis, deprehendo me primum emittere vrinam claram, quę deinde statim subsidit. Si arenulæ albæ vel rubræ, copiosę & crassiuscule, in fundo inueniuntur, lapidem renum aut vesicę minantur. Et caliditatem hepatis & renum indicant. Si quid pingue innatauerit vrinæ quod diu durat, resolutionem totius corporis; sin autem subito & cumulatim appareat, nec diu duret, colliquationem renum denuntiat.

De Sudore. CAP. XX.

SVdoris quoque commoditas est, quod humorem redundantem aqueum frigidumque excoquat, eliciat & consumat; ideo eius prouocatio vtilis & necessaria est, przsertim in febribus pestilentialibus, vbi noxius humor interiora corporis infestat. Elicitur autem sudor ignitis lapidib. vino perfusis & linteolo inuolutis, arena feruenti, maximeque marina, sole, linteis calefactis atque exercitiis vehementioribus. Optimus autē sudor est, qui per equitationem, venationem & exercitationem corporis iucundam mouetur. Sudorem post exercitium siue frictionem abstergi facite, locaq. frigida fugite, & corpus contegite. Quia a calore ad frigus transitus est periculosus.

Paucis etiam subiungam, quid ex sudore prædici possit. Boni sudores sunt, qui ex toto corpore manant, & qui fiunt in acutis morbis, in diebus decretoriis. Pessimi vero sunt frigidi, & qui tantum circa caput, faciem, & ceruicem oriūtur. Hi in acutis morbis mortem designant, in mitioribus longitudinem ægritudinis.

De Balneo. CAP. XXI.

BAlnea quoq. non immerito inter euacuationum genera recensentur: ideo hæc silentio preterire minime decet. Balnea calida siue naturalia, quæ dicuntur Thermæ, in his oris non emergunt, quorum alioquin vsum vobis periti Medici suggerent.

Balnea item arte confecta vobis parum conducere reor, eā ob causam quod harum regionum aquilonarium incolæ plerumque ex catarrhis, & asthmate laborent, quibus morborum generibus balnea, sicut & vnguenta calida fomenta suppeditant. Merentur vero laudem balnea subfrigida, quibus maiores nostri vti consueuerunt. In his membra non pedetentim, sed vniuersum corpus submergendum esse volunt nonnulli Medici. Quod mihi etiam probatur, si modo corpus nō est antea exercitatione aliqua calefactum. Hæc enim calidis balneis sunt salubriora vniuersum corpus firmant, robustum reddunt, &, condensant, optimumque ad externa nocumenta arcenda præsidium præstant: ita vt vix verbis exprimi possit, quantum momenti ad sanitatis custodiam frigida lotio afferre videatur. Qui frigida lauantur etiamsi senio propemodum confecti sunt, corpore tamen constanti & compacto & colore florido manent. Pater meus numquam balneis calidis vtebatur, neque calida lotione capitis; cum tamen sensibus illæsis; membrisque integris ad septuagesimumtertium ætatis annum peruenerit. Existimabat enim malos humores inde in capite gigni, quod idem & ego expertus sum. Quicumque autem vestri vti voluerit balneis, siue frigidis siue calidis, caueat, ne corpus immodica Venere, vigilia, crapula, fatigatione, inedia, aut aliquo grauiori exercitationis genere sit debilitatum & exhaustum: Sed vt pristina fruatur sanitate, nec ante confectum magna ex parte in ventriculo cibum, balneum ingrediatur.

Post balneum antequam omnis caliditas exspirarit, frigoris iniuria maxime arceatur, nec statim cibus capiatur, antequam trium horarum sit interiectum spatium, sicut & a balneis calidis frigida potio est perniciosissima. Quod si autem calidis vti volueritis, imitentur hæc rationem & qualitatem quatuor temporum siue partium anni. Nam sicuti hæc tempora certis qualitatibus distinguuntur, ita vt ver sit humidum & calidum in principio & fine, in medio autem temperatum, æstas calida & sicca; autumnus frigidus & siccus; hiems vero frigida & humida: Sic itidem in balneis cauendum, ne subito a calidis ad frigida descendamus, sed paulatim ab altero ad alterum progrediamur, hasque qualitates pedetentim immutemus Omnes enim repentinæ mutationes naturæ sunt infensæ. Nam simile simili gaudet. Hinc extreme calidus vel frigidus aer, aut subita ab altero ad alterum mutatio, periculosa est, & noxam imbecillitatemque parit. Sunt qui affirmare non dubitāt, iuxta communem versiculum:

Sæpe manus, raroq; pedes; caput vero nunquā esse lauandum.

Lotiones tamē pedum ieiuno, quam pleno ventre, vel hora cœnam proxime præcedente, sunt salubriores. Capitis vero lotio singulis anni partibus semel instituenda est, quemadmodum postea dicetur. Nūc saltem hoc Epigramma obseruetur:

Balnea, vina Venus, corrumpunt corpora nostra:
Restituunt eadem balnea, vina, Venus.

De Venere. CAP. XXII.

VEneris legitimus & moderatus vsus ad prosperam valetudinem plurimum conducit meatus enim dilatat, mentem ac rationem exhilarat, iram vero & furores mitigat. Ex aduerso immoderatus multorum malorum est occasio; spiritus resoluit, corpora & animos eneruat, omne robur debilitat, calo-

calorem innatũ exſtinguit, cerebrum lædit, renes & veſicam corrumpit, ſenectutem & mortem accelerat, vitalemque firmitatem diſſoluit. Et hoc loco generale præceptum repetendum plane eſt, quod in cibo potu, labore, ſomno & vigilia, denique in Venere mediocritas omnino ſit ſeruanda. Sunt qui dicant minuere quæ nocent eſſe melius, quam cumulare & multiplicare quæ iuuant. Mihi tamen videtur veſci citra ſaturitatem, impigrum eſſe ad laborem, vitale ſemen conſeruare, res eſſe longe ſaluberrimas. Calidis certe & humidis Veneris vſus maxime conuenit, quemadmodum & illis qui pituita laborant. In hieme & vere vtendum eſt Venere a cibo præſertim ſumto. In æſtate vero & autumno abſtinendum. Senes omnino Veneris expertes eſſe decet. Huic enim ætati Venerem vt noxiam, ita inutilem eſſe notius eſſe puto, quã vt me indicare ſit neceſſe.

De inedia. CAP. XXIII.

SEquitur nunc extremum euacuationis genus Inedia: Non autem vobis ciborum vſum per continuos aliquot dies interdico, eo quod hanc intermiſſionem alimentorum, plerumque debilitatio naturæ, & malorum humorum generatio comitetur; ſed interdum per vnius diei ſpatium inediam tolerare, vel nonnunquam prandium aut cœnam intermittere vos volo, quo tenuitate victus & abſtinentia corpora veſtra conſueſcant in bellis, in profectionibus aut venationibus, neceſſitate ita expoſcente labores etiam ſine cibis ſuſtinere. Conducit quoque ad ſanitatem inedia, præſertim iis qui non ſunt bilioſi aut ad choleram procliues, ſed valentibus præditi viribus, repletique crudis humoribus, qui hoc modo per inediam conſumuntur, vt corpus ali poſſit. Satietati enim nimiæ, vel longa quies, vel prolixus ſomnus, vel inedia plerumque mederi ſolet, amiſſaque ſani-

tas, vbi ex redundantia & copia morbus natus, subtractione & paucitate ciborum restituitur. Ideoque addam hoc loco quod Galenus narrat Antonium Imperatorem ventriculi cruditates depellere solitum inedia vnius diei, & hauriendo cyathũ vini, cui aliquantulum piperis inspersit. Nam multi & magni morbi abstinentia & quiete curantur. Sed vt breuiter summam totius rei complectar; inedia tempestiue, & iis, quibus conuenit, adhibita, mirifice prodest; reliquis autem de quibus dixi, plurimum obest. Salomon:

Qui abstinens est, adiiciet vitæ.

De Retentione. CAP. XXIIII.

EXpedito capitulo de excretione, ordo materiæ iã exigeret, vt de retentione quoq instituereturoratio: Verum cum contrariorum eadem sit natura, & de euacuatione satis prolixe sit dictum, pauca tantum de illa addam. Retenta excrementa grauant & molestant corpus, & tandem morbos pariunt. Sunt etiam aurium, narium, palati excrementa mature euacuanda. Nunc ad reliqua transeamus.

De perturbationibus seu affectibus animi. CAP. XXV.

ABsolutis igitur iis quibus corporis sanitatem tueri potestis, etiam ad animi medicinam vobis progrediendum erit. Nam vt animæ perturbationes sequuntur corporum passiones, sicuti videre licet in ebriis, de quibus Horatius inquit,

——— nam corpus onustum
Hesternis vitiis animum quoque prægrauat ipsum,
Atq; affligit humi diuinæ particulam auræ:

Sic contra ex passionibus animę corpus afficitur, perduciturq ad consensum, vt in amoris, tristitiæq affectibus manifestum est. Cum igitur corporum & animæ passiones, ita sint coniunctæ, & naturali quodam vincu-

vinculo copulatæ vt fiant causæ plurimarum passionum ad inuicem animum bene compositum ad sanitatem conseruandā plurimum conferre, turbidos autem cōcitatosq animorum motus, a ratione auersos, sanitatem conuellere & debilitare arbitror. Quare vobis o filii in eo potissimum laborandū esse censeo, vt tam animæ, quā corporis perturbationes offensionesq. caueatis, nec modum vlla in re excedatis.

Mœstitia diurna parit melancholiam, &, vt Salomon inquit, *Spiritus tristis exsiccat ossa, cor lætum exhilarat mentem.* In timore calor omnis & spiritus ad intima cordis penetralia confugiunt; quo fit, vt partes algeant, corpus pallescat, nerui lædantur, viresq. omnes conuellantur.

Ira insaniæ initiū, sanguine circa cor efferuescēte, statum mentis immutat, ita vt ardescant oculi, os tremat, lingua titubet, dentes concrepent vultumque maculet nunc suffusus robur, nunc calor albescens. Præterea ira plerumque effundit calorem natiuum ad exteriora, corporaque inflammat. Ideo tunc ea fiunt rubicundiora, & ad omne patrandum facinus promtiora. Nullis prodest ira, nisi in quibus phlegma redūdat. Præ nimio & insperato gaudio multos exspirasse legimus pusillanimes, dilatato nimirum corde, forasque repente effuso dissipatoque spiritu. Quamobrem cum tanta sit perturbationum animi vis, & affectiones sint naturales cordis motus, ab obiectis sensu perceptis orti, omni ratione eas arcete & corrigite, ne vltra modum contristemini, nimiove gaudio efferamini, nimisve timeatis, confidatis, speretis aut desperetis. Quæ nisi cauentur, subitam in deterius afferunt naturæ vestræ mutationem. Sed in primis viris nobilibus vtraque fortuna, tam aduersa quam secunda ęquo animo est ferenda, & vbi non omnia pro votis cedunt prospere, fortuna industria, & studio promto subleuanda.

Hæc de animi affectionibus, siue symptomatibus monere volui, quæ cum ratione difficulter regi queant, diuini spiritus gratiam in subsidiũ vobis implorandam esse momentote.

Præcepta quædam de dieta singulis diebus seruanda.

CAP. XXVI.

HActenus ordine rectum & legitimum vsum earum rerum, quæ si sinistre adhibentur, corpus nostrum alterant & mutant, naturalemque corporis statum labefactant, persecuti sumus. Nunc præcepta quædam de victus ratione singulis diebus, septimanis, mẽsibus, & annis seruanda trademus, a dieta singulis diebus instituenda exorsi.

Principio e lectis surrecturi, omnia vestra membra extendite. Hac enim ratione spiritus animales ad membra exteriora attrahuntur, cerebrum subtile redditur corpusque corroboratur. Totum vero corpus aliquantisper palmis perfricate, pectus, dorsum & ventrem leniter, fortius autem brachia & tibias vel manibus, aut linteis tepidis. Deinde, caput vnguibus, ab anteriori parte versus posteriorem exercete leniter. Postquam autem leuati fueritis, omni studio ac diligentia caput, ceruicem & pedes a frigore matutino tueri vos volo. In aurora enim & sub vespertinum crepusculum frigus ob radiorum solarium imbecillitatem intensius, ac magis noxium esse, quam circa meridiem, minime est dubium. Induite vestes nitidas & puras, æstiuo tempore prius aqua odorifera supra descripta, hiberno vero ad focũ, non quidem ex fœtidis; sed quercinis aut aliis lignis constructum exsiccatas & vnguentis madefactas. Nã corpora nostra nonnihil ex vestibus afficiuntur, & veluti cibi & potionis vsus vires auget, vitamque tuetur: ita vestes corporis calorem conseruant, &

frigora

frigore arcent, vſque adeo, vt victus & veſtitus paria eſſe videantur, & in vtroque par diligentia ſit præſtanda.

In æſtate in primis laudo veſtes ex pellibus ceruorum & hinnulorum confectas. Ceruus enim eſt animal longæuum, aduerſaturq. venenis & ſerpentib s. Idcirco ego veſtibus huiuſmodi per hiemem etiam vtor, ex panno tamen ſuperindutis.

Deinde corpori nõ male conuenire iudico veſtes ſericas, vel bombycinas, vel ex purpura villoſa paratas. Ex pellibus autem martium vel lupinis, vel etiã vulpinis confectas, per hiemem maxime congruere arbitror; attamen peſtis tempore ſericæ & pelliceæ veſtes damnantur, quod contagioſum aerem facilime admittant, & diutiſſime retineant.

Poſtquam corpus indumentis probe eſt tectum, capillos capitis eburneo pectine diligenter & moderate pectite, a fronte ceruicem verſus, quadragies pectine ducto. Deinde omnia ſenſuum inſtrumenta, vt oculos, aures, nares, os, linguam, dentes, totamq faciem frigida abluite. Oculos autem non tantum lauate, ſed apertos aquæ gelidę plane immergite, ſordeſque palpebris inhærentes inde remouete. Nonnunquam etiam aqua roſacea vel fœniculi irrorate, ceruicem panno aſperiore perfricate. Hæc enim totum corpus confirmant, animũ alacriorem reddũt, & viſum conſeruant. Placuit hoc loco adiicere nonnulla dentifricia: quæ non ſolum dentes dealbant, ſed etiam conſeruant, nec non medicamenta quædam viſum confortantia.

Puluis ad conſeruandam albedinem dentium.

℞ Putamina trium ouorum.
Corallorum rubeorum drach. tres.
Fili ſerici albi in olla noua ad cinerem exuſti, drach. duas.

Cinnamomi drachmas duas.
Caryophyl drachmam vnam.
Pyrethri drachmas duas. His ad ſubtiliſſimum pulue-
rem contuſis, dentes ſingulis diebus veſperi ac
mane fricate.

Deſcriptio dentifricii quo vſa eſt Meßilina Auguſta ex Scribonio Largo.

℞. Cornuum cerui vſtorum in ollam nouam ad
cinerem redactorum, vnciam 1.ß.
Maſtichis chiæ vnciam 1.ß.
Salis armoniaci drachmas vj.

Ad dealbandum dentes, & a colore præſeruandum, Conſerua qua vſa eſt Duciſſa quadam magni nominis.

℞. Aloes vnciam j.ß.
Margaritarum vnciam j.
Corallii rubei & albi.
Ligni aloes, Santali rubei ſing. vnc. j.
Sanguinis draconis.
Porcellinæ finæ, id eſt albæ terræ, vnde conficiuntur
illa vaſa quæ ex Hiſpania deferuntur Antuerpi-
am, vnciam j.ß.
Aluminis rochę, tam diu loti in aqua pura, vt fiat cla-
rum in modum cryſtalli, vnciam j.
Maſtiches, ambræ, myrrhæ, ana vnc. ß.
Corticum vel putaminum cancri fluuialis, drachmas
duas.
Pulueriſentur omnia ſubtiliſſime vnumquodq. ſigil-
latim, vt ſit quaſi puluis impalpabilis. Deinde accipi-
as mellis roſarum optime deſpumati vncias xvij. &
cum præſcripto puluere ebullire lento igne facias,
exceptis maſtiche & myrrha, quæ poſtea immiſceri
debent. Et cum ad conſeruæ peruenerit ſpiſſitudinē,
amoueatur ab igne. In coquēdo baculo ſemper ver-
ſetur, etiam cum ab igne amotum fuerit, donec fri-
geſcat:

gescat. Tunc addas myrrham & mastichen, & postea in vase vitreo ad vsum seruabis. Hoc dentifricio si mane dentes fricantur cum linteolo grosso, mirum in modum dealbantur & confortantur.

Alius puluis dentifricius.

℞. Corallorum alborum & rubrorum ana vnciam vnam.
Pyrethri,
Maceris,
Mastiches singul. vnc. j.
Pumicis.
Boli armeni ana vnc. j.
Fiat demum puluis subtilissimus.

Aliud ad dealbandos dentes.

℞. Corallorum rubeorum.
Aluminis sing. drach. ij.
Cornu ceruini adusti.
Santali citrini.
Sanguinis draconis sing. scrup. 4.
Margaritarum drachmam dimidiam,
Spumæ maris drachmas tres,
Musci grana tria.
Camphoræ grana quinque.
Fiat deinde puluis subtilissimus, quo fricentur dẽtes, aut in pilulas formetur cum syrupo aliquo, aut melle rosaceo.

Medicamentum confortans visum.

Accipe margaritas, quas in tenuissimas particulas contusas excola per linteum cum aqua rosarum: deinde aquæ istius aliquot guttas pluma oculis instilla. Quidam pro margaritis vtuntur sacchaxo optimo cum aqua rosacea. At ego margaritarum vsum meliorem esse iudico.

Hæc sequentia prosunt magis oculis, si tueamini eos a puluere, fumo, aere excedente in caliditate &

frigiditate, a ventis fortibus, nec visum intendatis acutius, inspiciendis reb. subtilioribus & tenuibus, sed viteris multitudinem coitus, & repletionem cibi & potus; neque statim a prandio vel a cœna dormiatis; atque, vt supra dictum est, oculos aquæ claræ immergatis. Quamquam sequentia medicamenta mihi etiam valde probentur.

℞. Aquarum verbenæ,
Betonicæ,
Fœniculi ana vnc. vnam & dimid.
Vini albi vnc. vnam.
Tuthiæ præparatæ drach. vnam.
Sacchari cand drach. duas.
Aloes Epaticæ drach. vnam.
Lactis mulieris drach. ij.
Camphoræ scrupulum dimid.

Puluerisanda pulueriſentur, & 24. horis in infusione permaneant; deinde colentur, & colatura oculi clausi abluantur.

Aliud Collyrium præstantißimum contra omnis generis passiones oculorum.

℞ Fœniculi, absinthii, apii, rutæ, *Schein Wurtz*, vna cum radicibus. Item Euphrasiæ, saluiæ, betonicæ, auripigmenti, gnidii, pimpinellæ, cardobenedicti, sing. partes æquales. Hæc omnia simul in mortario contusa misce, ac vrinam pueri infunde. Deinde ℞. 14. gra. piperis contusi, & cochlearia duo mellis ex apibus, camphoræ drach. vnam. Hæc omnia simul in mortario contusa, per linteum exprime, & colaturam seu succum in vitreo vase conserua, ac inde singulis diebus vesperi & mane guttam vnam in oculum patientis instilla. Animaduertendum tamen est quod hæc aqua per spatium nouem dierum Soli est exponenda & distillanda, antequam in vsum transferatur.

Super-

Superfluitates omnes amouete, tam per vrinam quam ventrem, quem ad minus ſemel ſingulis diebus deiicite. Ex naribus & pulmone ſordes per excretionem & ſputum excernite, & in facie, capite, corpore toto ac veſtitu ornatum & munditiem diligite. Nam in ipſis cunis immunditiem horremus ſuadēte iam tum natura, cum nondum ratio valet.

His peractis precationes veſtras clara ad Deum voce effundere mementote, vt is dies vobis felix fauſtusq. illuceſcat, vtq. Deus actiones veſtras dirigat, ad nominis ſui gloriam, patriæ vtilitatem, & corporum veſtrorum conſeruationem.

Deinde molliter inambulate, & quicquid eſt excrementorum ad inferiora delabatur, & calore naturali excitato, melius ſuccedat excretio.

Negotia ſiue publica ſiue priuata cum honeſtate quadam tractate, & poſtea profectiones venationeſque perficite.

Horas antemeridianas omnes, & ex pomeridianis tres aut quatuor, quæ cœnam proxime præcedunt, ſtudiis & negotiis ſeriis attribuite. Semper in manibus verſate vel corallos, vel ſuccinos, vel chalcedonios, orbiculos odoriferos, aut lapides pretioſos. In annulari ſiniſtræ manus digito, annulos ſmaragdo, ſapphiro, aut draconite ornatos geſtate. In lapidibus enim, ſicut & in herbis, magna virtus eſt & efficacia, ſed nobis non penitus perſpecta. In ore vel hyacinthum, vel cryſtallum aut granatum, vel aurum & argentum puriſſimum, aut ſaccharum candidiſſimum interdum tenete. Affirmat Ariſtoteles & Albertus Magnus, quod ſmaragdus collo adalligatus, epilepſiam impediat. Magna quidem eſt herbis virtus, ſed maxima gemmis, quas veriſimile eſt occultis quibuſdam virtutibus eſſe præditas.

Bis de die tantum comedite, cum virilē eritis nacti ætatem, his tamen qui choleræ obnoxii ſunt, ſæ-

pius cibum capere licet. Prandium & cœnam ſemper a cibis liquidioribus, numquam a potu incipite.

Medio tempore inter prandiũ & cœnam a poculis prorſus abſtinete, niſi vel ratio neceſſitatis, vel cõſuetudinis id requirat; quarum tamen poſterior cõſuetudo vitioſa, & paulatim mutanda eſt.

Nolo vos certã & ſtatutam prandii aut cœnæ horam obſeruare, quemadmodum ſuperius abunde ſatis dictum eſt, ne conſuetudo diuturna in naturę habitum tranſeat, poſteaquam huius conſuetudinis intermiſſionem naturæ læſio conſequatur. Imitatur enim naturam conſuetudo, & quod conſuetum eſt, id ipſum iam naturalé euadit.

Tempore æſtiuo in frigidis, hiberno autem locis calidis ad focum luculentum cibum ſumite, cœnaculis prius ſuffumigationibus purgatis, quæ non ante ingrediamini, quã ſuffitus plane fuerint exſtincti, ne pro odore fumum attrahatis.

Cum non omnibus vna eademq. victus ratio promiſcue congruat, ordine quo ſupra dictum eſt, cibos capite. Nonnumquam etiam per integrum diem ciborum vſum intermittite, quia per inediam vitia ſtomachi in crapula aliove accidenti concepta depellũtur. Hac quoq. ratione corpora veſtra famem & inediam in profectionib. & bellis tolerare conſueſcunt.

Cœnam prandio largiorem & vberiorem ob tẽporis intercepti longitudinem adhibete, niſi morbis nocturnis, aut deſtillationibus affligimini.

A cibo ſumto, neque corpore, neque animo laborate, faciem & os aqua frigida abluite. Dentes raſo ebore aut cornu ceruino, & puro argento, aut auro expurgate. Poſt epulas vnam atque alteram horam iucundis confabulationibus, aut mollibus deambulationibus tribuite. Vigilias in multam noctem non extendite, ſed elapſo duarum horarum ſpatio, cubitum diſcedite. Quod ſi vero honeſta negotia vigilã-

di neceſſitatem vobis attulerint; tum viciſſim eo diutius ſomno indulgete, vt vigilia ſomni diuturnitate compenſetur.

Antequam vos cubitum cõferatis, caput, brachia, dorſum, & totum corpus leni frictione manuumque palpitatione a pueris veſtris demulceri vobis curate: niſi iſta mane fieri quis malit ad diſtributionem promouendam, cuius tempus eſt matutinum.

Hieme ad focum ſedẽtes veſtes exſuite, pedes ante focum ſiccate, fumo tamen & calore vitato, qui pulmoni & oculis maxime obeſt.

Hiberno etiam tempore lectum, linteamenta & ſtragulam pelui ignito exſiccari facite. Calore enim externo fouetur interior, concoctioque adiuuatur, præterea & humiditas omnis abſumitur. Cæterum pater meus hanc conſuetudinem improbabat, monens virum fortem, & ad res gerendas natum, non eſſe aſſuefaciendum ad huiuſmodi mollitiem, quæ corpora noſtra eneruaret.

Reliquis tegumentis corporis exſutis, tunicam talarem lupinis pellibus ſubductam corpori circumdate. Id enim pellium genus, præterquam quod animalcula noxia nulla recipit, vt pulices, pediculos & eius generis alia, maxime calorem cõſeruat & fouet. Ideoq huius vſus maxime in bellis, itineribus & venationibus vobis conueniet, & interdum in defectũ lectorum poteritis vti Quoties igitur hac veſte talari ſumta cubitum contenditis, omnes cogitationes veſtras grauiores, tam de rebus publicis quam priuatis deponite. Nam cum membra omnibus curis vacua libere ſomno reſoluuntur, cõcoctiones, reliquæque actiones naturales melius perficiuntur.

Mane vero ſurrecturi vna cum veſtibus, cogitationes & curas pridianas reſumite. Hoc præceptum pater meus frequenter in ore habebat, ideoque tanto maiore dignum obſeruatione vobis trado.

Antequam somnus vos opprimat, Deum ardentibus vocibus inuocate, vt vobis felicem & faustã concedat noctem, aduersus malorum spirituum insidias ac vim vos protegat ac defendat, largiaturq. vt naturalibus actionibus perfectis integra mentis corporisq sanitas conseruetur. Singulis noctibus ad minus semel vrina emittatur, quæ matula excepta foras proiiciatur. Quæ autem circa exortum Solis redditur, vitro est excipiẽda, ex cuius inspectione de statu corporum vestrorum coniecturam facere poteritis.

De nocte hianti ore dormite, corpus pro qualitate aeris probe tegite. Caput aduersus frigus linteo munite inuolucro, in cuius summitate sit foramen, per quod vapores exhalare queant. Nimia aũt coopertura caput debilitat resoluendo, vel replet attrahendo.

In dextro latere somnus auspicandus, in sinistro perficiendus. Resupinus autem decubitus semper cauendus est. Nam hominem mortuum repręsentat & morbos periculosos generat.

Ab instituto nostro non alienum quoq. esse videtur, vt his adiiciatur, qualis humor in corporibus nostris tam nocte quam die sibi dominium vindicat, vt eo modo de accidentibus causisque morborũ iudicium facile fieri queat. Nam dominatur singulis sex horis proprius humor. Sanguis a nona noctis vsque ad tertiam diei. Flaua bilis siue cholera dominatur a tertia vsq. ad nonam diei artificialis. Atra bilis siue melancholia, a nona diei vsq. ad tertiã noctis; a tertia noctis vsq. ad nonam noctis phlegma. Ita vt fere nocte phlegma & atra bilis, die autẽ sanguis & cholera dominentur. Crescit autem sanguis in vere cholera rubea in æstate, nigra in autumno, phlegma in hieme. Hæc ideo monere volui, vt si quis vestrum in morbum incidat, cognita morbi hora & humore in principio morbi dominante, eo facilius remedia quærere possit.

Cum

Cum dies critici in ægrotis ac vulneratis magnas ſæpe mutationes ac preſagia de vita ac morte oſtendant, illos etiam vobis annotare libuit.

Eſt autem dies criticus, in quo fit vehemens in morbis, in ſalutem, vel ad mortem mutatio. Et fit plerumque criſis a morbi initio die 7.14.21.28. ſecundum tamē Lunæ celeritatem aut tarditatem, & dies 4.11.17.24. a morbi initio plerumque iudicant de ſequenti criſi, an bona vel mala ſit futura.

Diebus autem criticis corpora veſtra medicinis purgantibus aut acribus non grauate, nec ſanguinis fluxum, ſudorem aut aluum cohibere.

Nonnulli etiam obſeruant dies Ægyptiacos ab Ægyptiis inuentos, opinantes quod qui in his ægrotare incipiant, vix aut nunquam euadant: quod mihi tamen non veriſimile videtur. Ego nihilominus, cum Beda eorum mentionem faciat, eos ſubiicere volui. Sunt igitur hi: 1. & 7. Ianuarii, 3. & 4. Februar. 1. & 4. Martii, 10. & 8. Aprilis, 3. & 7. Maii, 10. & 15. Iunii, 10 & 13. Iulii, 1. & 2. Auguſti, 3. & 10. Septembris, 3. & 10. Octobris, 3. & 5. Nouembris, 7. & 10. Decembris;

De diata ſingulis ſeptimanis inſtituenda.

CAP. XXVII.

CVM iam oſtenſum ſit, quid ſingulis diebus ſit agendum, reliquum eſt, vt ad ſeptimanas conuertatur ſermo. Poſtquam igitur ad virilem progreſſi fueritis ætatē, non inutile fuerit ſingulis ſeptimanis ſemel vti Theriaca Andromachi ad nucis auallanæ magnitudinem, aut Mithridato quæ ego ex Belgico, quæ Venetiis deferuntur, ad nos tranſmitti curo. Nā non ſine inſigni valetudinis meæ cōmodo a teneris annis Theriacæ vſu delectatus ſum. Nonnunquam etiam proderit ſumere compoſitionē Antidoti quod

Cn. Pompeius in ſanctuariis regis Mithridatis deuicti inuenit, cuius deſcriptio paulo poſt ſequetur. Interdum adhibebitis medicamentũ Leonis X. quod in primis laudo, & cum ſit præſeruatiuum etiam cõtra peſtem, huius deſcriptionem reliquis etiam medicamentis contra venena inſerui. Interdum vero etiam medicamentum Marſilii Ficini. Hæc omnia corpus leniter purgant, ſed Theriaca & Mithridaticum conſtipant. In eundem quoque vſum ſumere poteritis vinum ſublimatum, quo Caroli V. Medicus vſus eſt, ad menſuram quantitatis auellanæ, vt cum ſaccharo & mica panis in minutas & tenuiſſimas partes trita. Hoc vinum ſublimatum etiam odorem iuuat. Nonnumquam etiam diſceſſuri cubitum, deglutite aliquot grana Maſtichis, quia hoc ingenio & memoriæ prodeſt.

Medicamentum Marſilii Ficini, quod fouet præcipua membra & purgat nonnihil.

℞. Cinnamomi electiſſimi drach. iiij.
Chebularum myrobalanorum,
Emblicarum ana drach. duas.
Croci, roſarum drachmam vnam.
Santalorum rubrorum drachmas duas.
Corallorum rubrorum drach. vnam.
Sacchari albiſſimi, quantum ſatis eſt.

Funde ſaccharum, aqua roſacea atque ſucco citri vel limonum, æqualibus ſcilicet portionibus, coquas ſuauiter. Deinde adde muſci tertiam drachmæ partem, atq. ambræ tantundem. Demum confice bolos ſolidos, quos morſulos vulgo nominamus, auroque inuolue.

Deſcriptio vini ſublimati.

℞. Cubebarum, cinnamomi, galangæ, caryophyllorum, nucis myriſticæ, & zinziberis ana vncias tres, ſaluiæ libr. vnam & vncias duas. Hæc omnia macera

in

in duabus libris & quatuor vnciis aquæ vitæ ſexies deſtillatæ, atq hæc leniter deſtilla ſimul. Cum nuper hanc aquam vitæ componerem, integram vini amphoram & ſex congios ad hanc ſumſi, ſexieſque deſtillare feci; cumque inde demerem tantum quãtum reliquorum pondus eſſet, vix dimidius vini ſublimati ſextarius ſuperfuit. Hoc vino ſublimato M. Gallus Caroli V. Imperatoris Medicus vſus, vixit annos 129. Eſt autem calidiſſimum. Simplicia peracta deſtillatione poſſunt ſtomacho etiam admoueri vel imponi. Hoc vinum ſingulis ſeptimanis ſumatur menſura ad quantitatem auellanæ. Agit in naturas ob tenuitatem, vimq illam impartitur ſpiritibus colliquat ob caliditatem vehementẽ, nec tamẽ membra calefacit ob ſubſtantiæ raritatem. Hoc vino ſublimato etiam manus & cutem poteritis imbuere.

Medicamentum quo vſus eſt D. Hieronymus Brunſwick Medicus & Pharmacopola Argentinenſis per omnem vitam ſuam, quam Deo adiuuante ad CX. annos illæſa valetudine produxit.

℞. Cinnamomi, zinziberis, ana ſeſquiunciam.
Nucis myriſticæ, caryophyllorum, piperis longi,
Maceris, galangæ, ana drachmam vnam.
Diptami, zedoariæ, calami aromatici,
Pimpinellæ, Angelicæ ana ſeſqui drachmam, nucum vomicæ drachmam vnam.
Rhabarbari ſemiunciam.
Rhapontici drach. duas.
Croci drachmam dimidiam.

Pulueriſentur ſubtiliſſime, & abdatur ſacchari libra vna & vnciæ pars, ſed ita vt decoquatur ſaccharum ſecundũ artem, & fiat confectio in tabulis. Cerebrum & memoriam confortat, vertiginem prauaſque melancholias tollit, ſanguinem purificat & mũdat, cor roborat, cibi potuſque appetitum generat,

ſedes medicas, naturæq commodas prouocat, tuſſiculoſis & phthiſicis mire confert. Apoſtemata calida & pectoris vlcera ſanat, cordis diſtrictionem diſſoluit, omnibus aliis membris prodeſt, eaq. confortat.

Mane & veſperi quantitate maiuſculæ nucis ſumtum aduerſus multos noxios & incognitos morbos præmunit vtentem, & præcipue ab acidis ructibus, quod eſt in multis expertum præſeruat.

Et quamuis hoc medicamẽtum ex optimis compoſitum eſt ſimplicibus: tamen quoniam ſaporis eſt amari (a quo natura mea valde abhorret) rarius hoc vtor. Omne enim id quod a natura alicuius abhorret, id eidem inimicum atque minus conueniẽs eſſe arbitror. Quod tamẽ de homine ſano intelligi volo.

Ex his vero quæ vires augent & preſeruant ab imminente ſenio eſt Iulepus de vino & ſaccharo, vbi in tribus vini libris ponãtur duę libræ ſacchari & fiat ſyrupus, recipiaturque cum pura aqua. Nam vicem cibi ac potus gerit, cum in eo ſint amica & accepta naturæ.

Electuarium cordis Petri Aponenſis.

Hoc Electuarium conſeruat totam naturam, & eam reddit hilarem, aufert laſſitudinem membrorum principalium, ſubuenit triſtibus, & melãcholicis, iuuat paralyticos.

℞. Corallor. rub. macis, oſſis de corde cerui, ambræ, margaritarum, cryſtalli, auri cocti, argenti meri, oſſis eboris, ſapphiri, rubini, hyacinthi, ana drachmas quinque. Balſami drachmas duas, muſci drachmam dimidiam, anthos, ſpodii, ſantalorum, caryophyll. galangæ, calamitæ, aromatum cubebarum, ſpicæ nardi, corticum phyſticorum, ſeminis Baſiliconis, cardamomi, piperis longi, baccarum lauri, pyrethri ana drachmas tres; ſtyracis calamitæ, magnetis, myrrhæ electæ, opii Thebaici ana drach. vnã, ſe. pæoniæ collectæ in nouiſſima ætate Lunæ, flor. camom. florum lili-

lilifagi, ſampſuchi, balſamitę, ameos, ariſtolochię, anthos ana drach tres, croci orientalis drachmam dimid. ligni aloes. papaueris albi ana drachmas duas, ſacchari quod ſufficit. Doſis a II. vſque ad III. cum vino calido.

Reſtaurativum.

℞. Conſeruæ roſarum vnc. vnam.
Boraginis.
Violarum ana vnc dimidiam.
Radicum cichor. conditar.
Citrinati conditi ana drach. tres.
Spec. Diarrhod abb. ſcrup. duos.
Diambr. drachmam dimid.
Spodii vel ſpicæ Indæ.
Corallo. rub. præparat.
Margarit. præparat. ana ſcrup. vnum cum ſyrupo acetoſo citri condit.

Moneo autem ne prædictis medicamentis ſimul aut ſemper, ſed per vices, hac ſeptimana hoc, altera alio vtamini. Varietas enim præterquam quod delectat, efficit, ne frequens & crebra conſuetudo in naturam tranſeat.

Sed cum patri meo & mihi nonnunquam ſaliua nocturno tempore ex ore fluere ſoleat, & vos etiam huic morbo obnoxios fore metuam nõnulla remedia contra hanc paſſionem annotare libuit.

Sin ſaliua fluat propter calorem diſſoluentem, curetur phlebotomia, abſtinentia & vſu ciborum ſtipticorum: Si fluat propter multitudinem phlegmatis, quod ego arbitror, curetur abſtinentia, & digeratur materia cum hyſſopo bullito in oxymel, & purgetur cum hiera picra, fricetúrque lingua & os cum ſaluia & aurea Alexandrina & reliqua quæ deſiccant corpus, applicentur.

Singulis ſeptimanis præſcindãtur vngues, tam a digitis pedum quam manuum; pedes etiam ſemel la-

uentur pro qualitate aeris, in calida vel frigida aqua, in quam iniiciantur chamæmelum, hyssopus, lauendula, &c. Et post lotionem aceto & sale fricentur. In hieme vero ad ignem exsiccentur. Intelligatur autē hoc de illis quibus lotio cōuenit. Nam multis, vtpote catarrhosis, in quibus pituita excedit, plus detrimenti quam commodi affert.

De Diata singulis mensibus seruanda.

CAP. XXVIII.

ABsolutis iam diebus & septimanis, vt de mēsibus quoque pauca tractemus, ordinis ratio postulare videtur. Singulis mensibus secundum præscriptum Hippocratis & Auicennæ, bis est vomitus adhibendus, idque duobus continuis diebus; quod tamen ego non obseruo. Superfluitates enim quæ ex nimia cibi & potus ingestione generantur, & alioqui propter immoderatum victum, in his frigidis regionibus sunt frequentes & copiosæ, per vomitū rursum educuntur. Propterea cum vos crapula onerati fueritis, vomitus remedio nimiam repletionem subleuandam esse mementote. Quod ad me attinet, quoties modum in cibo & potu excessi, bis singulis mensibus vomere consueui, interiecto tamen inter singulas vices aliquo dierum spatio seu interuallo, ita, vt quod prima vice relictū est, altera eiiciatur. A vomitu oculi, dentesq. aceto & vino, vel vino austero siue aqua rosacea, siue ea quæ supra descripta est, eluantur. Æstiuis mēsibus aqua frigida corpus lauetur.

De quatuor anni temporibus.

CAP. XXIX.

ANnus a veteribus in quatuor est digestus tempora, hanc (vt opinor) ob caussam, quod a sole ceterisque stellis ea in alias atque alias qualitates pedetentim permutentur, quemadmodum Ver in principio

cipio in humidam, in medio in temperatam, in fine vero in calidam; æstas in calidã & siccam; autumnus in siccam & frigidam, hiems vero in frigidam & humidam qualitatem conuertitur. Singulis enim fere diebus ac noctibus sentimus quatuor anni qualitates, mane frigiditatem & humiditatẽ, ante meridiem temperaturam aliquam, post meridiem caliditatem & siccitatem; vesperi vero siccitatem & frigiditatem, idque minus & magis secundum anni tempora Primum igitur singularum anni partium mutationes enumerabo; deinde, quæ victus ratio in singulis sit instituenda, breuiter docebo.

DE VERE.

Ver præbet flores, calidum ver feruet & humet.

CAP. XXX.

VER incipit, quando sol ingreditur signum Arietis, quod fere fit decima die Martii. Et eo tempore dies æquantur, frigora hiberna minuuntur, terræ pori iamdudum clausi & frigore constricti aperiuntur, dissoluuntur calore niues, humiditates ad arborum summitates extolluntur, radices & herbæ latẽtes in terra producuntur, virent prata, & variis colorum picturis ad certamen vsque luxuriant, induuntur nouis floribus arbores, lasciuiunt pecudes, generantur animalia, suauiter modulantur volucres, resonant philomelæ, denique omnis terræ superficies amissum frigore decus & ornamentum, cunctaque animantia vires pristinas recuperant.

Ineunte igitur vere minus comedere, plus vero bibere, paulatim ab assis ad elixa progredi, oleribusq. paucis vti, in primis autem carnibus vitulinis & hædorum vesci, atque à crebris & longis ieiuniis abstinere expedit. Et quia ver est temperatum & saluberrimum, moderatissima quoque victus ratio tunc est suscipienda, vt in temperato sanitatis studio corpus retineatur.

Tempore verno ſanguinem mittere, qui humor tunc dominatur, purgationeſq. adhibere conuenit, ea tamen lege & conditione vti ſupra ſcriptum eſt. Cum autem ver in principio & fine nonnihil in humiditate & caliditate excedat, hæc quoque obſeruatio, vt circa victus vitæq. rationem non inutilis, haud eſt negligenda.

DE ÆSTATE.

Æſtas ſicca calet, formoſa eſt meßibus æſtas.

CAP. XXXI.

Æſtas incipit quando Sol ingreditur primũ gradum Cancri, quod fit fere 12. Iunii. Et hoc tẽpore dies longiores noctibus efficiuntur, calores intenduntur, venti leniter agitantur, maria conquieſcũt, fructus & flores ad maturitatem perducuntur, aues canore maximo reſonant, apes mellificantes floribus variis reficiuntur, naſcuntur ſerpentes, & funduntur venena.

In æſtate cibis magis demendũ, potioni adiiciendum, cibis nõ vtendum niſi elixis ac frigidis; vt a calore & ſiccitate corpus vindicetur, vnice enitendum. Tunc potus veſter ſit cereuiſia actu & qualitate frigida, nec tamen frigus adeo ſit intenſum, vt corpus inde alteretur.

Æſtiuo tempore dominatur flaua bilis. Itaq. tunc omnis purgatio, ſanguiniſq. miſſio cauenda eſt, in diebus præſertim canicularibus: vulnerum etiam curatio tum eſt difficilis & periculoſa.

Æſtate induere oportet veſtes oleo imbutas. Item lente ambulare, niſi per æſtus iter ſit faciendum. Cũ autem æſtas ſit calida & ſicca, ad humida & frigida tunc eſt declinandum.

DE AVTVMNO.

Muſta dat autumnus, & morbos ſiccat, & alget.

CAP. XXXII.

Autumnus

AVtumnus incipit, quando Sol ingreditur primum gradum Libræ, quod fit fere 13. die Septembris. In hoc tempore dies & noctes æqua vice labuntur, noctes etiam crescunt, dies decrescunt, mutantur tempora, aer frigescit, venti commouentur Septentrionales, flumina crescunt, fontes diminuuntur, folia arborum marcescunt, destituuntur arbores fructibus, demetuntur & percipiuntur ex agris fruges, facies terræ pulcritudinem suam amittit, volatilia in calidas regiones se recipiunt, animalia suas appetunt cauernas, serpentes foueas faciunt. Per autumnum cibo paulo pleniore ac ficciore vtendum, minus quidem sed meracius bibendum, fugiendumq. frigus matutinum & vespertinum, cum illud tēpus propter cœli varietatem & intemperiem prorsus in frigore & calore sit inæquale. Veneris in primis vsus tunc fugiendus: Nam corpora eo tempore modo frigore, modo calore intemperato afficiuntur, ideoque merito perhibent autumnum mortalibus esse lethiferum.

Fructus omnes sunt cauendi, ne malus succus ad aeris intemperiem accedens, totum corpus corrumpat. Dominatur enim tunc atra bilis & cholera nigra Estque autumnus frigidus & siccus; quare ad calida & humida tunc est declinandum.

De Hieme. CAP. XXXIII.

Friget & humet hiems, glacie & niue flumina stringit.

HIems incipit quãdo Sol ingreditur primum gradum signi Capricorni, quod plerumque fit 12. Decembris. Tempore brumali noctes producuntur, dies abrumpuntur, inualescunt frigora, exasperãtur venti, niues & aquarum inundationes subito oriuntur, terra glaciali frigore constringitur, cadunt arborum folia, maior pars animalium in ventre terræ & cauernis montium præ nimio frigore & humiditate

latet, obſcuratur aer, tremeſcunt pecora & iumenta, debilitantur virtutes corporum.

Hieme quidem quamplurima comedere, quampauciſſima bibere, & fortiter ſe exercere conducit. Virtus enim ventriculi tunc fortiter & ad coquendum aptior eſt. Vtendum vino quam meraciſſimo, cibis calefacientibus & exſiccantibus, carnibus & piſcibus aſſatis, oleribus autem quam pauciſſimis. Potus veſter hiberno tempore ſit tepidus.

Frigus matutinum ac veſpertinum ſumma diligentia cauete, ac in primis a capite, ceruice ac pedib. arcete. Hieme celeriter ambulare prodeſt, tum currere, tum luctari. Exercitium quoque corporis tunc vtile eſt, quemadmodum & moderatus licituſq. Veneris vſus nullam corporibus noxiam infert.

Hiems quoniam frigida & humida eſt, ad contraria quoque declinandum nobis eſſe monet. Pituita enim hieme augetur.

De anno in genere.

CAP. XXXIV.

EXpeditis iam quatuor anni temporibus, pauca in genere de anno dicemus.

Quoties ſingulis annis dies veſter natalitius recurrit, moneo vt illum cum amicis & propinquis iucunde & hilariter celebretis, Deoque trino & vni gratias agatis, quod mentis corporiſq. veſtri ſanitatem per decurſum hactenus vitæ ſpatii benigne ſeruauerit. Deinde intimis animi viribus id conniti vos volo, ne nobile veſtrum corpus ad deteriora delabatur. Singulis quoque annis directiones, profectiones, themata & figuras reuolutionum diligenter inſpicite. De multis enim rebus inde coniectura fieri poteſt.

Cum ad naturam & grandæuam prouecti fueritis ætatem, labores tam animi quam corporis immode-

atos fugite. Lacte humano ac caprino, nec non sanguine suum vestrum senium fouete.

Versamini cum fortunatis ac iuuenibus. Ex bonis enim naturis, tamquam ex bono vicino aliquid boni deriuatur.

Mementote familiaritates inire eorum, quibus gratiæ cœlestes affluunt. Quod ex bonis animi, corporis & fortunæ cognoscetis. Sicut enim odor ex musco, sic ex bono vicino, boni nonnihil exhalat in proximum ac perseuerat infusum. Denique effrenatos, impudentes, infelices ac malignos procul fugite, contraria vero ratione consuetudinem frequentē, continuumq. commercium, felicium excellentiumque hominum amate.

Singulis annis lauandum est corpus in aqua frigida, vt supra dictum est, præcipue tamen æstiuo tempore, cauendumq. ne id fiat ab exercitatione magna, & ne aqua auditus meatus ingrediatur. Nam iis solis aquæ frigidæ lotio noxia est. Prodest etiam singulis annis caput ter, aut ad summum quater frigida lauare; & propterea hoc loco rationem lauandi caput frigida annectemus.

Et primum quidem lauetur lixiuio tepido, vel leuiter calido. Inde aqua frigida fontana vel putealis ex alto magis quam prope capiti instilletur, paulo post vero copiosior superfundatur ad quantitatem trium aut quatuor sextariorum, prout quisque perferre poterit.

Deinde caput linteolis frigidioribus siccetur Quāuis autem hæc lotio repentina horrorem incutiat non leuem, videaturque homo totus corrigescere, multa tamen & magna commoda adfert Coacto enim intus calore concoquuntur cruda excrementa digeruntur. spiritus tēperantur. Et hæc lotio caluitiū nondum præsens & canos retardat, caput & sensus iuuat, & ad omnes motus promtiores reddit, Similia

enim iuuantur conſeruanturque a ſimilibus. Præterea inſperſio frigidæ, in caput & balneum ex tepida pedibus adhibitum, mirifice prodeſt, lotioque manuum cum frigida cibo. Omnia hæc oculis conducunt, & ſunt ſalutaria, vt ſæpe iam dictum eſt.

Hanc conſuetudinem lauandi caput frigida, maxime hi qui ex catarrho laborant, obſeruent. Ego ſane hanc lotionem ſæpe adhibui, neque vllam læſionem ſed maximas vtilitates inde percepi: cum enim antea calida lauarem caput, nulla adhibita frigida, meatus permanebant aperti, efficiebaturque caput cuilibet iniuriæ noxium. Vnde grauedines & diſtillationes ferme ſequebantur. Quæ res me prorſus a lauando deterruit, ſicut & patrem, donec tandem in Hieronymi Cardani, de aqua opuſculum inciderem, & Celſi conſilium de hac frigida lotione penitus cognoſcerem.

De annis Climactericis.

CAP. XXXV.

NE annos Climactericos ſiue decretorios omnino ſilentio prætereamus, ſciendum eſt horum annorum obſeruationem non eſſe ſuperſtitioſam, ſed ex vſu & experientia natam. Certis enim quibuſdã annis inſignes mutationes accidere videmus: ſic ſeptenarius annus vitæ eſt Climactericus, omnibus periculoſus. Hic enim magnam & euidentem in corpore mutationem adfert. Nam ſingulis ſeptenis annis ordo planetarum reuertitur ad Saturnum qui plerumque nobis eſt peregrinus, & Saturnus interfector mortalium peruenit ad quadratum loci contrarium naturæ ſigni, vnde eſt egreſſus. Et quemadmodum Luna, quæ proxima nobis eſt, & motu celerrima fere ſeptimo quoque die in contrarium ſignum eius naturæ vnde egreſſa, progreditur, & inde criticos producit dies: ita Saturnus, qui motu eſt tardiſſi-

tardiſſimus, & tot annis fere quot diebus Luna in vno ſigno commoratur, hos climactericos & periculoſos annos efficit, ac mutationes atque alterationes varias cauſatur. Vnde fit, quod ſeptimo anno elabuntur & renaſcuntur pueris dentes: decimo quarto accedit pubertas. Et quando completa fuerit ſeptem annorum hebdomada, id eſt, ſepties ſeptem anni, hoc eſt, anno quadrageſimono, iam matureſcit in homine prudentia, & fit ætas perfecta. Cum vero ad decadas ſeptenas, id eſt, ad 70 annum fuerit peruentum, tunc meta viuendi eſt peracta. Et videmus plures præſtantes viros annis climactericis eſſe exſtinctos, vt Orphea, Ariſtotelem, Ciceronem, Demoſthenem, Scipionem Africanum, noſtraque memoria Fridericum I. & Chriſtianum II. Reges Daniæ.

Fuit quoque ſeptimus annus diuina inſtitutione Sabbatarius, quo nec agros aut vineas colere, nec culturam terræ exercere licebat, inſtitutus ad memoriam quietis diuinæ. Quemadmodum & quinquageſimus quiſque annus dicebatur Iubilæus, poſt ſeptem annorum hebdomadas circumactas, id eſt, poſt quadrageſimum nonum, qui eſt Climactericus hebdomaticus, & continet ſeptem hebdomadas.

Faciunt quoque mentionem annorum Climactericorum Philo Iudæus, & D. Auguſtinus: item Cenſorius & Gellius. Ciceronem etiam annos Climactericos obſeruaſſe, inde conſtat, quod in Somnio Scipionis ait: Cum ætas tua ſeptenos octies Solis anfractus, reditusq. conuerterit: duoque hi numeri, quorum vterque plenus, alter altera de cauſa habetur, circuitu naturali ſummam tibi fatalem confecerint, &c. Hic fuit annus climactericus Scipionis quinquageſimusſextus. Et paulo poſt eodem loco Cicero ait: Septimum numerum rerũ omnium fere nodũ

esse. Sic & Hippocrates ætatem hominis septenarie dierum numero constare ait.

Annus quartus est etiam consideratione dignus quoniam medium in septenario tenet: item Nouenarius. Et habent hi anni rationes, quemadmodum apud Medicos dies decretorii & indicatiui. Dicunt enim Medici quartum a principio morbi indicẽ esse septimi. Hæc obseruatio non est aspernanda. Scribit enim Augustus Imperator ad filium: Lætare mecum fili, transgressus enim sum omnibus senibus periculosum annum sexagesimum tertium. In hoc enim septenarius & nouenarius concurrunt, & propterea senibus plerumque est fatalis. Estque annus Climactericus aut etiam enneaticus, quemadmodũ & annus quinquagesimussextus est Climactericus, quamuis hic non ita vt superior senibus extimescendus. In hunc enim septenarius & quaternarius tantum coincidunt.

Ego arbitror, vti septimo aut nono mense nati iustam vitæ perfectionem obtinent: ita contingere quoque vt vita plurimorũ hominum (diuinæ tamen maiestatis salua prouidentia, & rerum omnium ad libitum gubernatione) ad Climactericos vsque annos in quibus septenarius nouenariusq. numerus in sese quasi in cyclum recurrunt, producatur, ibiq absoluatur & finiatur. Cui non absimile & illud est, quod egomet multorum hominum obitũ compertum habeo, quod graui & periculoso morbo decumbentes, vt plurimum animam reddere soleant, Luna in gradu ascendente, vel media cœli domo exsistẽte, raro in quarta vel septima domo, numquam fere in reliquis, quod & a me & ab aliis multoties est obseruatum.

Annus quinquagesimus sextus in nocturnis genituris propter frigiditatem Saturni duplicatam, & sexagesimus tertius in diurnis ob siccitatẽ Mercurii

& Veneris

& Veneris, vtroque subscribente, iam ætate frigida & sicca maxime periculosi sunt, secundum Cardanum: Quotiescumque igitur huiusmodi anni Climacterici vel Enneatici instant, vel nonnulla signa futuri morbi apparent; vt sunt lassitudines spontaneæ membrorum, tormina genuum, lumborum dolor, tenebrositas oculorũ, grauitas superciliorũ, tinnitus aurium, cibi fastidium, sudor multus in somno, sine aliqua manifesta caussa, oscitationes & pãdiculationes insolentes; item consuetarũ excretionum suppressio, vel immodica euacuatio; tunc Deum immortalem precibus ardentibus inuocate, Astrologos & Medicos peritos consulite, prudentiam in omnibus actionibus adhibete, temperantiam in cibo & potu, & rebus ad vitam necessariis exercete. Oratione enim ad Deum sideralis doctrinæ cognitione ac euẽtuum quorundam præuisione, medicamentorum conuenientium vsu ac in rebus gerendis prudentia & circumspectione, multi graues casus euitantur, ac sæpe determinatus nostræ vitæ finis prorogatur. Sũt autem anni Climacterici, 7. 14. 21. 28. 35. 42, 49. 56. 63. 70. 77. 84. 91. 98. Enneatici hi, 9. 18 27. 36. 45. 54. 63. 72. 81. 90 99.

De ratione victus in itineribus ac profectionibus probe instituenda. CAP. XXXVI.

POstquã nunc de victus ratione singulis anni temporibus instituenda, pauca egerimus, reliquum est, vt de itinerantium diæta verba faciamus. Si igitur o filii, exteræ & longinquæ regiones vobis adeũdæ fuerint, mementote primo lente ingrediendum esse, deinde festinantius properandum: in fine autem moderatius. Id & nostris corporibus & iumentis prodest.

Aluus vester sit laxus, quod effici potest, si syrupus acetosus, aut oxymel simplex, aut ouum molle

mane ſumatur. Pauxillulum Rhabarbari cum Saccharo roſaceo etiam vim laxandi habet. Idem præſtat ſerum lactis, trium aut quatuor heminarum menſura cum ſale & melle ſumta. Quemadmodum & puluis Enulæ Campanæ & cinnamomi. Non improbo quoque ſuppoſitorium ex lardo fumo indurato. Aut quatuor ficus, vel etiam ſuppoſitoria ex melle & ſale compoſita, quæ vbi ventriculus non ſuſtinet medicamenta per os ſumta, aluum deiiciunt.

Si quis forte in itinere equo præcipitatus interiores corporis partes læſerit, vtatur Ambra, id eſt, W*alradt*, in iuſculo cereuiſiario calefacto mane ſurrecturus, vel veſperi diſceſſurus cubitum, ad quantitatem nucis auellanæ. Sequens etiam, vnguentum contra læſionem internarum partium eſt valde vtile.

Unguentum contra læſionem ſiue contuſionem partium internarum.

℞. Pimpinellæ, lauendulæ, ſpicæ nardi, rutæ, hyſſopi, ſaluiæ, pyrethri, pulegii, fœniculi, ſiliginis agreſtis, millefolii, prunellæ, ibiſci, conſolidæ maioris, auryn, amaraci, verbenæ, abrotani, epaticæ, meliſſæ albæ ac fuſcæ, angelicæ, ſatiuæ, veronicæ, fœnigræci, fragrariæ, clematidis, cordialis, pedis leonis, roriſmarini, foliorum linguæ ceruinæ, tormentillę, betonicæ, ana manipulum vnum. Hæc omnia cultello in tenuiſſimas particulas comminuta, iniice in lebetem, & effunde butyri optimi in Maio confecti, & per cocturam a ſale purgati libras 28. & hæc ſimul ad ignem ex carbonibus confectum probe decoque, tantiſper donec virtus egrediatur; deinde cum hæc per mundum linteolum expreſſeris, affunde olei laurini libras duas, & habebis præſtans vnguentum. Hoc valet contra internam læſionem,

ex casu aliquo ortam, quantitate nucis auellanæ in calido iusculo cereuisiario sumtum. Si primo non medetur, vsus eius bis aut ter est iterandus; quin etiam externæ corporis partes affectæ apud ignem lentum sunt inungendæ.

Præcepta contra iniuriam frigoris, & remedium ad curandam ambustionem.

CAP. XXXVII.

QVONIAM vero in his septentrioni subiectis regionibus frigus magis dominatur quam calor, & hiberno tempore sæpe nobis in venationibus aut castris cubandi necessitas adfertur, quemadmodum etiam proxime præteritis annis in inferiori Germania brumali tempore castra statiua sub dio constituta sunt, de frigoris & algoris iniuria propulsanda pauca adiungam. In primis autem ad frigus amouendum vestes sunt comparandæ, quæ non cito corrumpuntur, quia non semper in expeditionibus has mutare possumus: Statim a tenera ætate frigori assuefacere sese expedit. Id enim ad sanitatem & ad res bellicas gerendas, plurimum momenti adfert.

In magnis algoribus capitis, manuum ac pedum vigor conseruetur; quo illæso, vniuerso corpori sua constat integritas.

Frigus facile quidem a quibuslibet corporis membris vestium aut ex panno, aut ex hirsutis pellibus, præsertim ceruinis, concinnatarum obiectu arcere licet. Capiti vero nullorum animalium pelles salubres sunt, sed pannei potius, aut bombycini galeri & pilei sunt inducendi.

Citius tamen frigiditas a calcaneo, quam a cerebro ad cor penetrat.

Curſus, motus, manuum pedumque concuſſio in ſummo frigore prodeſt.

Si quis vultum manuſq. aqua frigida mane lauat, & deinde chirothecis probe tegit, primo quidem aliquantulum perfrigeratur, mox vero amplius corpore caleſcet.

Frigus enim meatus cutis conſtringit, & ſic ros ab externo frigore tutos reddit, prohibetque ne calida ſubſtantia, quæ intus retenta, ſuapte natura calorem auget, diffluat aut diſſipetur. Sordes item, quæ frigus quoque augent, a pedibus abluere, chirothecas & lineos ſoccos vino ſublimato aliquantulum imbuere confert. Quemadmodum hoc vini genus vim calefaciendi totum corpus obtinet, ſi admixtis calidis aromatibus bibatur. Ad idem valet, comedere nuces muſcatas, zinziber, calamum aromaticum, oleis vnguentiſq. corpus fouere non eſt inconueniens, alliū & nuces etiam ad arcendum frigus mirabilē habent proprietatem, præſertim ſi quis hæc duo in iure carnium contuſa comedat.

Ex vrtica & oleo factum linimentum cum pauca ſale tuetur partes corporis ab atrociſſimo frigore; valet etiam ad vlcera a gelu contracta: ſi quis nolit pedes vel manus a frigore offendi, pinguedine vulpis inungat.

Quibus vero rationibus medicina facienda ſit, ſi aliqua extrema pars corporis pene ſit emortua, mox addam.

Probatum itaque confirmatumq. eſt experientia, ſi quiſpiam membra gelu & frigore ſtupētia habuerit, non igne aut aqua calida, ſiue tepida calorem remoueri, ſed inde magis putreſcere & excidere. Frigida autem ſi lauentur, paulatim iis priſtinum reſtitui vigorem. Galenus ad algores intenſos, & ex his contractos dolores vſus eſt Euphorbio, quod cum oleo triuit, ceramque immiſcuit liquatam.

Nonnulli

Nonnulli contra frigoris adustionem præcipiunt loca affecta ad spatium dimidiæ horæ detinere in aqua, in qua stercora equorum, auena pastorum sint decocta. Alii membris ex frigore adustis combustæ pellis leporinæ cineres inspergunt; nonnulli rapam, aut pomum tostum calidum applicant. Quidã felle suillo loca affecta inungunt.

Quod si cui digiti manuum pedumve nimia frigoris adustione etiam denigrati fuerint, ita vt plane stupescant, animum propterea tamen non abiiciat, sed sanis consiliis & remediis occurrat.

Magnam enim natura & ars vim habet. Memini proxime præterita hieme Caium Alefeldium, cui ambo pedes frigore adusti erant, sumta quadam potione vulneraria, cuius descriptio mox sequitur, effecisse, ne damnum latius serperet, cum omnes Chirurgi de eo desperarent, quod articulos pedum frigore pene emortuos esse, & putredine quadam decidere viderent. Et quamuis per integrum anni spatium pedes ipsi non fuerint consolidati, tamen nunc incedere vtcumque potest.

Remedium ad curandam ambustionem.

Accipe duo linteola munda, quorum hoc lacteo cremore, qui dicitur Germanice *Rom*, illud vero sero butyrino imbue, & parti læsæ singulis diebus ter applica, donec feruor interior refrigeretur. Deinde lardo porcino masculino auenam, nec non vnã aut alteram assulam infige. Hæc incende, & sic porcinam pinguedinem ignitam in vas aquæ puræ ex alto cadere facito. Deinde sume sex ouorum vitellos abiecto albumine, quibus adde parum prædicti lactei cremoris, & deinde pinguedinem lardi liquatam ac supernatantem adiice, & hæc vna probe decoque, inde fiet emplastrum, quo ter de die partem affectã inũges, ac breui eam sanam reddes. Quod si linteola

cuti tenaciter adhæſerint, imbuas hæc butyro non ſalito, & facile inde reſoluentur.

Ad refrigerationem prodeſt etiam cortex tilię raſus in aquam, donec inſpiſſetur, parti vſtæ ſic applicatus.

Deſcriptiones medicamentorum quorundam ad vulnera externa curanda vtilium.

CAP. XXXVIII.

SEquitur nūc eius potionis vulnerariæ deſcriptio, cui vna eademq. opera alia quædam emplaſtra, linimenta & olea, ad curanda vulnera egregie vtilia ſubiicere placuit, vt his ſi opus fuerit, commode vti poſſitis in bellis aut aliis profectionibus.

Potio vulneraria, qua vulnera mirum in modum curantur.

Accipe duas menſuras cereuiſiæ vetuſtiſſimæ, iniice manipulum clematis ſiue peruincæ, cauliculum artemiſiæ rubeæ, paulū herbæ, quæ dicitur *Rodicheil*, vel in defectum huius ſume meram peruincam, decoque ad medietatem in vaſe fictili, operculo probe tecto. Deinde excola in ollam lapideam ſiue lagenam, ſic vt orificiū eius probe obſtrui poſſit, ne aer ingrediatur, poſtea vſui ſerua. Ex hac potione dabis homini vulnerato ſiue lęſo mane ieiuno ventriculo, in meridie poſt ſumtum cibum, a veſperi cum diſceſſurus eſt cubitum. Singulis vicibus ad quantitatem trium cochlearium, iubebiſque vt læſus poſtea duabus aut tribus horis abſtineat a cibis, & quoties inde biberit, paululum inſtillet in vaſculum, & hoc vulnus abluat. Folium etiam braſſicæ rubrum aut maxime fuſcum liquore huius potionis imbutum vulneri imponat, ita tamen vt aſperius folii latus verſus vulnus ſit cooptatum, quod linteolo firmiter inuoluatur. Quod ſi vulnus poterit conſtringi acu, fiat id quoque, ne magna cicatrix inde remaneat,

neat,alioqui nihilominus tamen vulnera consolidat hæc potio.

Aliud cataplasma præstantissimum, quod cum in comitatu Tyrolensi apud Carolum V: Oenoponti commoraremur, Iohannis Friderici, quondam Saxoniæ Electoris Chirurgus, Illustrissimum Holsatiæ Ducem Adolphum docuit, & contra quemuis ictum, & ad vulnera a tormentorum globulis illata, mirabilem curandi vim habet,

℞ Galbanum,
Armoniacum,
Opopanacem,
Bdellium,
Ceram,
Oliui, *Baumohls* libras duas,
Argyritis siue argenti spumæ præparatæ, *Silberglet*, libram j.
Olei laurini vnciam dimidiam.
Myrrhæ,
Thuris,
Mastichis,
Aristolochiæ,
Terræ cadmiæ, siue lapidis calaminaris præparat. *Salmeiß*, vnciam j.
Camphoræ vnciam dimidiam.
Terebinthinæ, vnam drachmam.

Redige ad puluerem, quem fac igni excādescere, & quicquid dissoluendum est, dissolue, & in morem cataplasmatis forma modo sequenti.

Quatuor gummi macera nocturno tempore in aceto acerrimo ex vino confecto, in vase ex orichalco fabrefacto, aut olla incrustata, ita vt acetum quantitatem gummi excedat, postea decoque gummi tātisper donec sordes, excrementa aut ligna ab iis separētur Deinde exprime, siue excola per mundū linteū in cacabum aut lebetem, & gummi iterū coque vsq.

ad consumtionem aceti, & donec gummi a lebete segregentur.

Fac colliquescere oliuum & ceram in pelui ex orichalco, immitte argyritim siue spumam argenti, & versa rudicula, vt argyritis in fundum subsidat, & cũ calorem fuscum induere cœperit fac periculum cultro lato aut spatula. Quod si non adhæserit cultro tenaciter, sed inde resoluitur, perfectæ decoctionis est signum. Ab igne igitur remoue statim, & paululum infrigidari finito, non tamen nimis cito. Postea de quatuor gummi maceratis in aceto, singulis vicibus ad quãtitatem fabæ vel nucis auellanæ immitte in decoctũ cataplasma pedetentim, donec gummi prorsus ingressa fuerint. Nam si simul iniicerentur, cataplasma nimis ebulliendo ascenderet, fortassis etiam effunderetur. Verum ad maiorem cautelam peluim cum aqua in promtu habeto, vt si nimis bulliat, supra aquam teneri & infrigidari possit, illudq. rursum emplastro adiice, quod in aquã effusum est. Et cum gummi plane in emplastrũ ingressa fuerunt. cocturã eius de integro repete, parũperq decoque. Deinde adiice myrrham, mastichen, thus, terram cadmiam, id est, *Salmeisen*, aristolochiam. Redige iterum in puluerem tenuissimum paulatim supra ignem, non nimis calide tamen, ne pulueres ardore conflagrent vel consumantur. Extremo iniice terebintbinam & oleum laurinum; & cum plane ab igne remotum & infrigidatum fuerit, adiice Camphoram. Deinde effunde in aquam calidam donec aptum efficiatur, vt manibus tractari & subigi possit. Postea macera oleo artemisiæ, vt nitidum & purum reddatur immitte in pellem hinnuli bene præparatam. Tunc ad 40. aut 50. annos vsui conseruari potest. Conducit hoc cataplasma aduersus omnia vulnera sclopetaria, contra ictus & vulnerum inflammationem.

Insigne

Insigne cataplasma vulnerarium, contra quemuis ictum, quo vsus est Christiernus II. Rex Daniæ vna cum sequenti Balsamo & pillulis. Nam hæc omnia in libris eius medicinalibus post mortem sunt inuenta.

℞. Ceræ vncias cum semisse.
Colophoniæ seu picis Græcæ,
Aschenschmalz,
Mumiæ, } ana sesquiunciam.
Myrrhæ vnciam vnam.
Minii vnciam dimidiam.
Corallorum alborum drachmas tres.
Magnetis vnciam vnam.

Ceram vna cum colophonia primum dissolui facito, deinde mumiã adiice, postea *das Aschenschmaltz*. Hæc ad lentum ignem collocato & probe versato. Deinde reliquis quoque prædictis speciebus immissis ad lentum ignem paulisper stare sinito, probe frequenterque moueto, sæpe etiam periculum facito, num satis sit decoctũ, & in fundo subsidere incipiat. Stilla ex alto guttulas aliquas ex calida spatula in frigidam. Quod si illud infrigidari & spatulæ adhærescere senseris, ab igne remoueto, tam diuque versato donec sua sponte sit frigefactum, & in solidam coeat massam, ne sequentia tria gummi in eo adurantur. Adde insuper thuris & masticheς ana vnciam vnam, camphoræ sesquiunciam; & in olla tam diu moueto, vt infrigidatum duritiem contrahat, & manibus tractari prædictoq. adipe subigi possit. Et hoc modo cataplasma rite paratum habes. quod si igitur vulnus inflictum est recens, panno lineo crassiori illinito & parti affectæ applicato. Quibuslibet etiam vulneribus, siue casim gladio secante, siue punctim mucrone sint inflicta, hoc cataplasma recte adhiberi potest.

Alia potio vulneraria.

℞. Limonii ſilueſtris, id eſt, *Wintergrün*, & Betonicæ ana drachm. vnam; Saniculæ, *Sanickel*, & pedis leonis, id eſt, *Sinnua*, ana drachmam dimidiam, cum duabus menſuris vini in noua olla vitreata firmiter occluſa, quæ farina ſubacta probe obturetur. In medio autem operculi foramen relinquatur, per quod vapor egrediatur. Coctura huius potionis ad ſpatiũ duarum horarum continuetur. Ex hac potione homini ſauciato ſingulis diebus mane & veſperi ad quantitatem vnius cochlearis exhibe bibendum, & loco affecto braſſicæ folia vel præcedens cataplaſma impone.

Pretioſum oleum balſaminum, quod inſtillari poteſt vulneribus quæ non capiti, ſed alioqui corporis partibus ſunt inflicta.

Accipe olei roſati vncias nouem.
Rebaræ minutim contuſæ vnc. ſex.

Hęc firmiter contecta in ampulla ſiue lagena ſtannea per tres dies ſtare facito. Deinde lagenam vna cum prædictis in balneũ Mariæ immittito, & ad horæ medietatem probe bullire ſinito. Poſtea in lagenam iniice maſtiches ſubtiliter contuſi drachm. ſex. Item thuris, bdellii, opopanacis, camphoræ, ana ſiue partes ęquales vnciam dimidiam, poſtea illud oleum per mundum panniculum laneum excolato, ita vt omnis virtus prædictarum ſpecierum inde exprimatur, habebiſque in hunc vſum paratum oleum præſtantiſſimum.

Ratio conficiendi pulueris vtilis contra diſſectionem nerui alicuius qui a Chirurgo eſt conglutinandus.

℞. Oculos cancri, in ſubtiliſſimum puluerem comminutos in paruo linteolo. Hunc puluerem neruis inſperge, & ſiccis faſciis ex linteolo confectis, locum

cum obliga, ne humiditas aliqua ad neruos penetrare possit. Hanc ligaturam per spatium 24 horarum intactam relinquito. Elapso prædicto temporis spatio Chirurgus neruum inspiciat, ipsiusq. conglutinationem exploret, & deinceps vulnus illud calidis vinculis deliget instar alterius vulneris recentis, & post diem vnum aut alterum ligaturam dissoluat.

Ratio certa, qua fluxus sanguinis ex quouis vulnere erumpentis cohiberi potest.

Ineunte vere, cum ranæ semina prima siue oua proiiciunt, tunc accipe crassioris linei pāni vlnas tres vel quatuor, plus minusve quantum satis est. Hunc pannum cum huiusmodi ouis ranarum probe abluito, soliq. siccandum exponito. Deinde secundo tertioque lotum, similiq. modo in sole siccatum vsui diligenter seruato. Cum autem hoc vti volueris, partem vulnere duplo maiorem, inde præcisam instar cataplasmatis vulneri imponito; sanguinis effusio statim supprimetur, quod certo experimento in plurimis est comprobatum.

Præcepta contra calorem & sitim.

CAP. XXXIX.

QVemadmodum frigus proficiscentibus obest, sic etiam calor, & ex hoc profecta sitis peregrinantibus molestias exhibet. Nam sitis ab humido deficiente aut calido superante fit. Cum enim nimii æstus noxa peregrinantes infestat, calor nimius semper excoquens corporibus firmitatem eripit, & humido naturali exigendo vires dissoluit.

Primum autem moneo, ne cum iter faciatis, multum loquamini. Inde enim sitis faucibus aridioribus contrahi solet. Ad caloris vim pellendam balneum aquæ frigidæ, etiamsi quis febrim aut capitis dolorē intemperie contraxerit, prodest. Quam rationem

etiam cerui sequuntur. Nam cum æstu immoderato vexantur, in frigidam sese immergunt. Alii coronas ex rosis, violis, nymphææ floribus; polygoni ramulis, adianti, vitis, myrti foliis, salicum virgulis, aliisq refrigerantibus plantis capiti contra æstus iniurias imponunt

Contra sitim ex calore prouenientem detineantur in ore crystalli, coralli, argentum, saccharum candidum, aut silex, qui aliquamdiu in frigida aqua fontana iacuit. Iulepus etiam rosarum & violarum cum aqua. Item radix glycyrrhizæ recens e terra euulsa & manducata, siue ex aqua pota sitim sedat. Quemadmodum & vigiliæ exstinguunt sitim a calore ortam, sic somnus ortam a siccitate. Frigida siue aqua mea odorifera, quam superius descripsi, etiam os colluere prodest. Fici recentes sitim leuant, caloremque refrigerant. Nuclei nucis pineæ, portulacæ folium linguæ subditum, fraga, pyra, pruna, cerasa, malorum cydoniorum grana, lactucæ & cucumeris semina ad minuendam sitim sunt præstantissima. Perfusus aqua frigida panis, & cum vino sumtus, contra sitim prodest. Vinum refrigeratur, si in aquam frigidam vna cum cantharo collocetur, panisque tostus in aquam fontanã frigidissimam immittatur, cui postea inde exemto vinum infundatur, illudque hoc modo bibatur, aqua interim sæpius permutata. Hac consuetudine refrigerandi ego vti consueui. Nam salubris est, nihilque nocumenti adfert, veluti ea quæ nitro aut niue perficitur Hæc enim est violenta & propterea naturæ contraria & inimica, vt sunt ea ex quibus refrigeratio petitur.

Præcepta contra famem.

CAP. XL.

PEregrinationes & bella sæpe hominem in inopiam rerum omnium coniiciũt, ita vt ingenti vehementique fame laborandum sit Quare non abs re

fuerit pauca contra hanc subiungere. Fame igitur dominante omnium animalium iecur assatum in penuria panis satiat magis. Item panis coctus ex amygdalis dulcibus & saccharo plurimum nutrit.

Panis quoque nauticus, siue biscoctus, eo quod propter siccitatem situm minime contrahat, & diutius reliquo incorruptus seruetur, in hunc vsum circumferendus est. Legimus quoque quendam ruinis ædificiorum obrutum cum nullam vitæ spem reliquam haberet, septem dies noctesque, sola vrina epota, famem ac sitim tolerasse. Auicenna globulos contra famem composuit, qui sunt conseruandi, ne solis calore colliquescant. ℞ Amygdal. dulcium excor. libram vnam. Adipis vaccini liquefacti libram dimidiam. Olei violarum vncias duas Mucaginis rad. althææ vnciam vnam. Terantur omnia simul in mortario, & fiant pilæ sicut globuli nucis instar Italicæ.

De nausea marina,

CAP. XLI.

QVOD si versamini in mari, nolite prohibere vel impedire vomitum, verum si sit nimius & superfluus, in potu paululum aquæ marinæ miscete, vt ita ventriculus vester paulatim mari assuescere discat.

Tostus etiam panis ex aceto comestus contra vomitum valet, quemadmodum & multarum gallinarum ventriculi per vstionem in cinerem redacti, cum vino sumti in tali affectione stomacho non parum prosunt.

Quidam volunt ad hanc rem conducere, si quis aquam marinam siue salum ex naui intueatur, siue ex alto in mare despiciat.

De haustu aquarum. CAP. XLII.

SED quoniam in expeditionibus & peregrinationibus multos aquarum turbidarum & limosarum vsu exstinctos esse compertum est; omnino interdico vobis, ne aquam ex puteis vel stagnis haustam bibatis Possunt enim hæ multifariam ab hostibus infici, vt plerumq. ab hostibus fit, cum alioqui etiam sordibus scateant.

Fontanam quidem aquam non omnino improbo, hac tamen conditione, vt cum exhausta est ex fonte, linteum nitidum in eam iniiciatur: quod si id post duarum horarum spatium nullas concipiet maculas, sine omni veneni suspicione bibi potest. Purgantur autem aquæ excolatione, cum ex vno vase in aliud transcolantur per arenam dulcis insipidiue soli, in colum siue sacculum iniectam, aquæ prauitate in arena sic remanente.

Mala aqua etiam cum allio sumta, vel iniecta theriaca minus nocet; cuius posterioris vsus inprimis in expeditionib. est salutaris, vbi varia loca mutanda sunt.

Aqua limosa salis inspersione emendatur, turbida alumine clarificatur.

Lauri folia, pulegium, acetum permixtum olei vitrioli gutta vna aut altera folia acetosæ, cornu monocerotis, coralliũ contusum & iniectum in aquam: hæc omnia prauitatem eius emendant. Sed vt institutum de aquis sermonem absoluam, in casu suspicionis aquæ venenosæ, mihi satius esse videretur, de integro puteum effodere. Indicium autem vel signũ aquarum subterranearũ est nebulosa exhalatio ante exortum solis, vel creber & spatiosus iunci, vel arundinis prouentus.

De

De eruptione sanguinis ex naribus.

CAP. XLIII.

CVM Sol quoque peregrinantibus sanguinem nimis subtilem & tenuem reddat, eumq. ex naribus effluere faciat; rem non inutilem videor mihi facturus, si paucis de huius nimio fluxu reprimendo agam.

Primum autem sciatis, quod si cui vestrum sanguis sine læsione sæpe ex naribus profluit, in propinqua sanitatis parte hoc esse numerandum. Si autem hæc eruptio est nimia & crebra, tunc poterit vitare cibos aromatibus conditos, item allium, cepas, porrum, raphanum & cætera. Mirifice autem sanguinem ex naribus promanantem reprimit stercus porcinum, si tepidum infarctum linteolo naribus admoueatur; cumque frigescit stercus, rursus illud excalefacere oportet. Sequens etiam cataplasma cum linteo canabino impositum sanguinem sistit.

℞. Bolum armenum & farinam volatilem molendinariam, & ex his cum albumine oui & aceto rosaceo confice cataplasma, illudque fronti & arteriis capitis applicato. Et si sanguis nondum reprimitur, linteolum aceto imbutum collo circumuoluito. Quinimo ad eundem etiam modum pudēda humectare poteris. Et quod si sanguis stillauerit ex nare dextro, cucurbitulam adhibebis iecinori, tamquam parti affectæ. Sin ex sinistro, in latere eam sinistro ex aduerso splenis applicabis.

Si vero neque hoc sanguinem retinebit, non inutile fuerit secta vena iecinoris sanguinem infrigidare, & naribus inspirari curabis puluerem compositū ex herba quæ dicitur gratia Dei, qui puluis mirificam sistendi sanguinis vim obtinet, etiam ex vulneribus confluentem. Cauebis tamen ne nares purges vel mundifices antequam sanguinis fluxus plane sit su-

ſuperfluus. Aliqui etiam vtuntur croco vel puluere fuliginoſo molēdinario, vna cum tela araneæ. Quinetiam ex aſtringentibus lignis, vt quercu, ilice, fago cinis non parum aſtringit, ideoque ſi forſan nullum aliud remedium eſſet ad manus, ſanguinis eruptio hoc modo cohiberi poſſet.

Præcepta aduerſus alui fluxum.

CAP. XLIV.

NOnnumquam in profectionibus & bellis ſæpe ex copioſo alui profluuio laboratur, ideo remedia hunc morbum curantia vobis quoque minime negligenda eſſe cenſeo.

In principio autem iſtius morbi nolite ſtatim medicamentis comprimendi facultate præditis, aluiq. fluxum ſiſtentibus vti. Etenim obluctari & excretionis cohibitionem moliri, maiorem morbum facit. Sed potius candēs ſiue ignitum aurum, vel chalybis laminas, in potu quem hauſturi eſtis, iterum atque iterum exſtinguite.

Genitale etiam cerui ſiccatum & comminutum in puluerem, in dyſenteria efficaciſſimum eſt remedium, quemadmodum & argillæ rudera ex clibano deſumta & decocta cum aqua, qua poſtea in potu vtamini, facultatem ſiſtendi & aſtringendi aluum præſtant. In hunc vſum conuenit etiam ſaccharum roſarum cum rubris corallis, vſto ebore, electuarioque ex cydoniis.

Contra ardorem ſtomachi.

CAP. XLV.

NON raro quoque ardor ſiue æſtuatio ſtomachi proficiſcentes infeſtare ſolet. Operæpretium igitur viſum eſt remedia huic morbo ſuccurrentia breuiter obſeruare.

Nonnulli cōtra hunc vtuntur glycyrrhiza, carpionum

num, alii lapides in ore detinent, vel olibani grana deglutiunt. Nonnulli contra hanc affectionem aquã calidam bibunt, aut lac tepidum, vel cerasorum nucleos, aut panem ex aceto comedunt. Ego autem maxima ex parte hæc sequentia duo medicamenta adhibere soleo, quorum hoc a Daniele Rantzouio, serenissimi Daniæ regis Friderici II. in bello contra Suecos primario duce, cognato meo, didici, illud vero alioqui vsu compertum habeo.

Medicamentum Danielis Rantzouii, contra ardorem stomachi.

℞. Vetus saccharum rosarum & lapides cancrorum, quos contusos & in puluerem redactos saccharo rosarum insperge, adde paululum de bolo armeno. Misce hæc omnia simul. Obseruetur tamen vt lapides cancrorum dimidiam sacchari partem quantitate sua adæquent.

Aliud contra ardorem stomachi.

℞. Sesquiunciam cretæ.
Tres nuces muscatas siue myristicas.
Sesquiunciam sacchari electissimi, quod ex Insulis Canariis aduehitur. Fiat puluis. Nunc aduersus arefactionem linguæ, qui morbus etiam plerumq, castra sequitur, remedia quædam ascribam.

Aduersus arefactionem linguæ, quæ dicitur vulgariter Brunella.

CAP. XLVI.

℞. Nucleos cydonei 2. aut corticem medianum tiliæ in aquam colloca; cui si addes cochlearium aceti rosacei, efficitur inde limus vel succus, quo oris humiditas retinetur.

ALIVD.

℞. Syrupum acetosum simplicem cum aqua ex

cremore ptiſanæ præparata; hac gargarizetur os: quod valet contra linguæ ariditatem.

Syrupus acidus ſimplex

℞. Aquæ fontanæ ſiue roſaceæ lib.iiij.
Sacchari lib v.

Coquatur in vaſe lapideo, aut potius terreo vitreato carbonibus accenſis, aut flamma exigua citra fumum, ſemper deſpumando ad dimidias. Deinde adiiciantur aceti albi clari lib. duæ. Si autem valentiſſimum vis, libræ quatuor. Si viribus mediocre, libræ tres, & percoque in ſyrupi conſiſtentiam. Reconde in vaſe vitreo. Hic ſyrupus affectibus ac febribus maxime bilioſis auxiliatur, quia bilem tenuitate & caliditate furioſam frangit, retundit & exſtinguit, adeoque ſitim ſedat. Humores quoque craſſos tenuat, incidit, obſtructiones tollit, vrinas mouet ac ſudores. Putredini reſiſtit, ob id peſtilentibus febribus eſt ſaluberrimus. Ego hoc ſyrupo valde delector, & vobis eius vſum maxime commendo, quia non eſt ex venenatis compoſitus. Laudatur etiam ab Ariſtotele in libro De regimine Principum Alexandro inſcripto.

A L I V D.

Lardum purum porci caſtrati ad longitudinem dimidii digiti, & latitudinem duorum digitorum tranſuerſorum linguæ ægroti impoſitum probe inſere, ita vt linguam & fauces interiores penitus contingat. Hoc lardum inde non remoue, ſed colliqueſcere ſine. Ægrotus autem illud per ſuctionem attrahat, donec plane in liquorem reſoluatur. Poſtea copioſum vomitum edet; tum caue ne ſuffocetur. Poſtmodo videbis aduſti ſanguinis copiam, & cutem tenacem per vomitum eiici. Vtatur igitur ægrotus huiuſmodi lardo ſecunda vice, & tandem conualeſcet.

Aliud

Aliud contra idem.

Veloci & celeri curſu vſque ad defatigationem agitetur equus, donec præ nimio calore liquidus humor ex ore ipſi emanet. Hæc ſpuma ſpongiæ in bacillum fixę imponatur, eaque lingua & faucium partes remotiores, quouſque fieri poteſt, inungantur per aliquot vices. Caueatur tamen ne ſpongia delapſa in collum deſcendat. Ægroto, cum comedere aut bibere voluerit, eluatur os aquæ prunellæ. Deinde aliquoties hæc vnctio cum ſpuma prædicta repetatur. Illud extra dubium morbo medebitur, quod experientia conſtat.

Cum etiam peregrinantibus ocreæ ſoleant nonnumquã indurare digitos pedis, ita vt in callum intumeſcãt, & duritiem quamdam contrahant (quod genus Germanice *Lickdorn* appellatur) ſequens remedium eum in vſum ſubiicere volui.

℞. Cineres foliorum iuglandis combuſtorum, allium & ſeuum miſce ſimul & decreſcente luna callum linteis probe conuolue. Et hoc vnguentum bis aut ter impone. Aliqui imponũt ſtercus gallinaceum. Alii teſtudinem ſale necant, & ſpumam inde prouenientem huiuſmodi tuberculis illinunt. Contra verrucas manuum aliqui liquorem ex lignis quercinis ardentibus promanantem imponunt, alii ſpumam maris.

De ebrietate. CAP. XLVII.

CVM in expeditionibus & communi vitæ inter homines conuerſatione neceſſario interdum conuiuiis amicorum intereſſe cogamini, pauca vobis de præſeruanda & curanda ebrietate adiicere operępretium eſſe duxi, a definitionibus incipiens. Eſt ebrietas nihil aliud, quam perturbatio mentis & omnium actionum eius, ex immodico potu profecta, & voluntaria inſania,

1. Ad hoc autem vitandum malum prima ac præcipua ratio eſt, parce bibere, & non plus quam neceſſitas poſtulat.
2. Deinde a fortibus potibus abſtinere, tenuiores cereuiſias intermiſcere & pedetentim bibere, non vno hauſtu omnia euacuare.
3. Inter pocula parum comedere Nam cibus potum in venticulo remoratur.
4. Sumere ante cibum pauxillum vini abſinthitis, aut 5. aut 9. amygdalas amaras, aut paululum lactis. Nonnulli deuorant lauri folia. Alii alia.

Africanus in ſuis commentariolis vult, quod qui caprinum pulmonem toſtum ederit, ebrietatem non ſentiet.

Ego ſemper in pectore geſtare ſoleo magnã amethyſtum, eo quod aliqui ſcribunt, eum valere contra ebrietatem, qui humores ad cerebrum aſcendere non patitur, mihique videtur, eum nonnihil præſtare: vnicuique tamen ſuum permitto iudicium.

Omnia dulcia & ex ſaccharo confecta inter potãdum ſumta, prohibent ebrieratem, quia non ſinunt aſcendere vapores & frangunt vim vini, eiuſq ſaporem. Præſentiſſima curatio eſt vomitus aut alui profluuium, ſecundum Hippocratem: Ex plenitudine enim quæcumque ægritudines accidunt, euacuatio ſanat.

Vltimo ſomnus curat perfecte ebrietatẽ, qui protrahi debet tamdiu, donec ructus aut oſcitatio adeſt. Nam (teſte Galeno) ſomnus concoquit, vigiliæ digerunt Non tamen vos ilico poſt pocula cubitum conferte, ſed vnam ad minus horam in cubiculo ambulate & vigilate.

Auicenna ſequentem ſyrupum præſcribit contra ebrietatem; verum ego eius vires non ſum expertus. Nam potius me amygdalis amaris, amethyſto, dulcibus rebus, odoribus frigidis, vt roſis, violis, campho-

ra præ-

ſta præſeruare ſoleo, ſi propter valetudinem vomitum ciere nolo, vt ſupra monui.

℞ Succi alborum caulium,
Succi granatorum,
Aceti vini optimi ana vnciam vnam.

Ferueant ebullitionibus aliquot. & fiat ſyrupus. Vos vti poteſtis ex prædictis, quæ naturæ veſtræ maxime conuenire animaduertitis. Hoc certo ſcio, inebriari, cõtra naturam & nulli hominum ex vſu eſſe. Propterea ſpero vos admonitionis meæ memores fore, & quantum communis vitæ ratio patitur, hanc præſentiſſimam peſtem fugituros, Deoque optimo maximo id prohibẽti magis obtemperaturos, quam mortem ſodalium & amicorum cauſſa voluntate veſtra acceleraturos.

Deſcriptiones nonnullorum medicamentorum & antidotorum contra venena.

CAP. XLVIII.

HActenus breuia quædam præcepta, ad conſeruationem ſanitatis & diurnitatem vitæ vtilia, qua potuimus breuitate enumerauimus: iam in fine medicamentorum quorundam contra venena vim habentium deſcriptiones ſubiiciemus.

Primo igitur omni cura iudicium ciborum appoſitorum habete, odoremque eorum, antequam in os immittatis, explorate, diuque lingua & dentibus tractate. Si enim cibus eſt venenoſus, ſtatim lædit guttur. Deinde cauete, ne cibus ſit peregrini diuerſique ſaporis, neq. eũ cito diglutite. Nulli enim citius atq. guloſi veneno inficiuntur. Eam ob cauſſam volo, ne quis veſtrum maxime famelicus aut ſitibũdus ad menſam accedat, ne auiditate cibi deceptus venenoſam neſciat dignoſcere materiam.

Aſſumti autem veneni cura eſt, vt ſtatim percepto nocumẽto prouocetur vomitus cum butyro & aqua

calida aut oleo tepido, siue etiam aqua tepida cum aceto. Postea bibatur lac aut butyrum, vel sumatur album stercus gallinaceum, assatum cum vino, quod etiam in huiusmodi casu vomitum ciet. Vomitus autem tamdiu & quidem copiose continuandus est, donec nec sapor, nec odor, neque morsus, nausea aut vlla anxietas percipiatur. Hoc enim vbi fit, indicium est adhuc venenum esse reliquum.

Post vomitionem sumenda est theriaca bona cũ aqua plantaginis, scabiosæ, aut acetosæ, vel Mithridatum aut diamoschum. Aliquot grana etiam Iuniperi trita, & in potu data miro modo venenum expellunt. Allium & raphanus hebetant vim venenorum quemadmodum & smaragdus, achates, succinum & corallium & quæcunq. appensa collo, manibusve mutantur, siue colorem naturalem amittunt.

Quidam ferunt, ambram, muscum vel lapidem bufonis gestantes a venenis tutos præstare. Alii contra eadem ieiuno stomacho vrinam propriam, vel pueri non polluti recens emissam hauriunt. Nonnulli mirabilem contra venena efficaciam habere scribunt, si quis infectus veneno, mulo aut equo exenterato, statim, dum adhuc feruet, inseratur, & capite prominente tamdiu in eo iaceat, donec a vi veneni liberetur. Si vnus non sufficiat, alter idem exenteretur. Hoc remedio Valentinus Gorgias Alexandri Sexti Pontificis filius aduersus venenum vsus euasit.

De peste. CAP. XLIX.

De peste, quæ præsentissimum quoque est aeris venenum seu corruptio, pauca adderem, nisi plurimorum doctorum virorum multi de hac medicæ facultatis particula variis temporibus editi libri exstarent, quos consulere potestis; saltem monebo peste grassante, præsidium omnium Medicorum testimonio laudatissimum esse fugam arripere, solum

cœlum-

cœlumque mutare, loca vitiosa & pestifera, huic contagiosæ lui obnoxia primo quoque tempore relinquere, & in hæc tarde redire, iuxta versiculum communem.

Hæc tria tabificam pellunt aduerbia pestem,
Mox, longe, tarde, cede, recede, redi.

Appendi collo etiam pro amuleto sequens sacculus potest, qui mirifice pesti resistit gestatus, cordisque regioni appositus, secundum Paracelsum. Fiat autem hoc modo:

Iacobi Carpensis remedium.

℞. Arsenici albi crystallini partes siue vncias duas.
Rubei partem siue vnciam vnam.

Fiat placēta rotunda crassitudine digiti cum albo oui vel mucilagine tragacanthi. Insuatur linteolo lineo, superaddito serico, & admoueatur cordi.

Nec opus est indusium interiici (nam etsi arsenicum intro sumtum sit lethiferum, nec etiam occulta vi, sed sola rosione, vt proinde venenum non sit dicendum) tamen admotum extra venenis resistit certa experientia.

Poterit etiam sacculus pro corde conseruans & curans huiusmodi componi.

℞. Sapphiri, smaragdi, hyacinthi, rubini, corallorum rubeorum & alborum sing. drachm. croci scrupulum.
Margaritarum drachmam semis.
Arsenici albi drachmas duas.
Ambari grana sex.
Radicis Iridis siccæ & odoræ vnciam ß.
Cornu ceruini vsti drachmam.
Auripigmenti vnciam ß.

Terantur omnia, & fiat sacculus cũ sindone pur-

purea, cordisq. regioni apponatur. Nonnulli ad præseruandum propria vrina vtuntur.

Alii odore radicis Enulę Campanæ, aceto maceratæ, aut Angelicæ, aut granis iuniperi vel lauri. Multi non prodeunt in publicum nisi cibati.

Si quis tamen hac lue infectus fuerit; expurgato, quam primum fieri possit ventriculo, communibusque viis, puluere sudatorio, non prius tamen quam naturæ propensionem ad sudorem cognouerit, & clystere vtatur. Deinde Theriacam, Mithridatum, cæteraq. remedia morbis pestiferis aduersantia adhibeat, ita tamen, ne hæc remedia semel, vt fit, vel continue sumat, sed ter quaterue eodem die, semper interuallo sex horarum interiecto. Si bubo sese ostendat, aut carbunculus, sanguisugas non procul a loco affecto, si sit in membro ignobili, applicet; præstabit tamen prius cucurbitulas amplas & magnas cum multa flamma, vel gallum aut catulum, vel pulmones animalium subinde admouere: Cæterum inter initia pestiferi morbi, antequã pharmaca sumserit, somnum fugiat, eique nullo modo indulgeat, ne veneni vis aut pestilentiæ virus, vna cum sanguine membra principalia inuadens protinus interficiat, cor cæteraque membra confortantia adhibeat, & quantum fieri potest, cibis ventriculo suo maxime congruentibus se reficiat, Deoque vitam suam & omnia reliqua ardentibus precibus commendet, necnon Medici periti consilio reliqua committat, vt diuina sua clementia gratiaque ille, hic vero arte sua ipsi succurrere velit.

Præmissis his in genere de Venenis & Peste, sequũtur ordine nonnulla antidota.

Medicamentum regis Mithridatis aduersus omne venenum & præcipue pestiferum.

Plinius lib. 23, cap. 8. scribit, Cn. Pompeium in sanctuariis Mithridatis maximi Regis deuicti inue-

nisse

nisse in peculiari commentario ipsius manu conscripto compositionem antidoti e duabus nucib. siccis: Item ficubus totidem & rutæ foliis viginti simul tritis, addito salis grano, & ei, qui hoc ieiunus sumat, nullum venenum nociturum illo die.

Idem antidotum etiam hoc modo conficitur:

℞. Nucum iuglandium siccarum vncias sex.
Ficuum siccarum vncias 4.
Foliorum rutæ siccæ semiunciam.
Salis drachmas duas.

Omnia hæc in minutas partes concisa aqua rosarũ imbuantur, neque vt quidam volunt, terantur. Aliqui hæc miscent succo acetosæ aut aceto rosaceo. Nonnulli addunt etiam semiunciam granorum Iuniperi. Hoc antidotum ieiuno stomacho sumatur ad quantitatem nucis castaneæ, estque aduersus venenum præseruatiuum.

Experimentum Medici antiquioris Regis Angliæ, estque puluis mirabilis contra toxicum & omne venenum.

℞. Pimpinellæ,
Radicis tormentillæ,
Cinnamomi ana vnciam dimidiam,
Ligni aloes, granorum iuniperi,
Zinziberis ana drachmam vnam.
Interdum additur cardui benedicti, radicis Angelicæ, ana drach. dimidia.

Fiat ex his omnibus puluis subtilis, & occlusus in pyxide vsui bene seruetur.

Aliud electuarium præseruatiuum contra Pestem & alios morbos D. Prisciani de Corduba, Medici Leonis Pontificis decimi.

℞. Cinnamomi electi drach. dimid.
Zedoariæ drachmam vnam.
Boli armeni præparati drachmas tres.

Camphoræ grana ſeptem.
Seminis citri excoriati,
Acetoſæ,
Corticis citri ana drachmam vnam & dimidiam.
Radicis diptami, tormentillæ,
Pimpinellæ drachmam dimidiam.
Raſuræ eboris,
Oſſis de corde cerui drachmam vnam.
Auri & argenti præparati ana ſcrupulum dimidium.
Fragmentorum ſapphiri,
Rubini, ſmaragdi,
Granati ana ſcrupulum vnum.

Miſce, fiat puluis; cui adde conſeruæ roſarum, acetoſæ, bugloſſæ, ana drachmas duas, Sacchari albi libram vnam, diſſoluti in aqua bugloſſæ & endiuiæ: & fiat electuarium.

Modus vtendi hoc præſeruatiuo contra Peſtem, talis eſt.

Pars magnitudinis duarum fabarũ cultello accepta comedatur: Incenſo vero iam peſte, ſemiuncia cum vino acetoſæ detur omni die Contra pleuriſin ſemiuncia cum accommodato iuſculo, ſucco, vel aqua bene diluta detur laboranti. Ego autem huic electuario nonnumquam addere ſoleo vngulæ Alcinæ, cornu beſtiæ vnicornis ſiue monocerotis & ſuccini ana drachmam vnam.

Deſcriptio ſtibii præparati, & de eius vſu.

CAP. L.

Nonnulli vtuntur Stibii præparati ſecundum Matthioli traditionem granis tribus tritis & pulueriſatis cum ſaccharo albo, aut ſaccharo roſarum contra peſtem & venenum. Stibii etiam vſus contra varia & diuerſa morborum genera eſſe perhibetur.

Educit

Educit per vomitum, deinde per ſeceſſum, ſed tamē leniter; quod ipſe expertus ſum, aliiſq. exhibui. Scribunt nonnulli ſtibium vix alium humorem quam eum qui noxius eſt, aggredi, & partem fere corporis affectam, ſiue propinquam, ſiue remotam petere, aduerſus epotum venenum, aduerſus ipſam peſtem nihil eſſe præſentius, curare capitis dolores antiquos, catarrhos, ventriculi dolorem & eiuſdem imbecillitatem ab humorum copia & malignitate ortam, hydropem, aſthma, paralyſin, epilepſiam, quartanam denique tollere, cumque morbus nullus, ne peſtis quidem ipſa quempiam inuadat, niſi qui ob vitium aliquod interius exteriuſve impactum noxæ ſuſcipiendæ fuerit opportunus, eſſe hoc medicamentum non modo ad præſentes morbos propulſandos, ſed etiam ad imminentes arcendos idoneum, & ſtibio corpus humanum non aliter quam aurum ipſum antimonio purgari. Ego ſtibium pręparatum vbique locorum in promtu habeo.

Exhibendi modus nouus & magis tutus.

Sume ſtibii ad puluerem tenuiſſimum triti tot grana, quot alicui vis exhibere, affunde eis mediocrem vini hauſtum, vaſis orificio probe cooperto, in quo per noctem remanebit. Sequenti vero die vinum leniter rurſus ex vaſe effunde, illudque ieiuno ventriculo bibe. Hoc non adeo periculoſum eſt, neque tantos dolores excitat, quam ſi ipſa ſubſtantia ſtibii ſumatur.

Aliud Remedium contra periculoſos & peſtiferos morbos puerorum.

Noſtræ matronæ pueris, ſi male habere cœperint, ſolent exhibere paululum oſſis de corde cerui.

Oſſis beſtiæ vnicornis.

Corallorum rubeorum.

Succini albi.

Margaritarum.
Ramentorum auri.
Vngulæ alcinæ æquali portione. Hæc omnia in mortario contrita miscent simul in morbis calidis cum aqua rosacea, in frigidis vero cum aqua lauendulæ. Exhibetur autem ad mensuram cochlearii.

Antidotus Saxonica contra venenum.

CAP. LI.

Etsi præmissa medicamenta venenis aduersentur maxime; tamen contra vim omnium veneno rum ferme, maximum præstat vsum Antidotus Saxonica, quæ apud Illustrissimum Electorem Augustum Saxoniæ Ducem non ita pridem inclaruit, ostentationibus prodigiosis fere cuiusdam rustici, qui deuoratis serpentibus variis, quotiescunque specimen de antidoti viribus edere voluit, huius beneficio ab omni læsione vindicatus semper euasit: donatus tandem ab Electore honesto & liberali præmio, ea conditione, vt porro, præter Electorem, compositionis rationem doceret neminem. Solis enim Principibus Elector dignam rebatur auxilii tam præsentis cognitionem, præsertim cum ipsa vtendi necessitas in ipsos facilius Principes ac illustres viros, quam vulgares homines & plebeios incidat.

Huius antidoti vires, vt serenissimus Daniæ Rex Christianus piæ memoriæ exploraret, quondam Haffniæ homicidæ cuidam, supplicio capitis necando, venenum iussit exhiberi lethiferum, nempe Mercurium sublimatum, eumque copiosum, hac conditione, vt si beneficio huius pulueris minime moreretur, Rex donaret eum vita. Quod factum est; ita vt putem, cum hic puluis huiusmodi venenum vicerit, facile eum quoq. omne veneni genus superare posse. Ego non ita pridem ab illustrissimi Electoris coniuge per literas obnixe petieram, vt rationem com-

ponendi

ponendi hunc puluerem ad me perſcriberet, verum reſponſum non accepi, pulueris tamen ſatis magnã tranſmiſit copiam, cuius partem aliquam in myrothecio meo inueniendam vobis relinquo. Alibi ſcribunt, vt Geſnerus Moybanum ſecutus, Electorem Saxoniæ Duci Wirtenbergenſi rationem huius pulueris conficiendi tranſmiſiſſe; eumq. puluerem his radicibus conſtare.

Nomina ſimplicium ex quibus hic puluis conficitur.

1. Radicum Valerianæ ſemiunciam Germanice *Baldriant Wurtzel, oder Theriackskraut*, Latine etiam theriaca, Græcæ Φȣ.
2. Vrticæ minoris, *Haitterneſſel*, } ana vnc. vnam
3. Vincetoxici, id eſt, hirundinariæ, } ana vnc. vnam
   quæ Germanice dicitur *vber Windung des giffts, oder Schwalbenkraut Wurtzel*, Gallice *domte venin*.
4. Polypodii quercini, *Engelſuß Wurtzel*. } ana vnc. ij.
5. Althææ, *Ibiſch Wurtzel*, alias Ibiſcus dicitur, Olus Iudaicum, vel Biſmalua, } ana vnc. ij.
6. Angelicæ ſiluestris. } ana vnc. ij.
7. Angelicæ ſatiuæ recentis vnc. quatuor.
8. Corticum radicum Laureolæ, German, *Kellershals*, vnciam vnam ß.
9. Fructus ſeu baccæ herbæ quæ Paris dicitur, id eſt, *vierſingrig nachtſchatten*, vel *nachtſchatten mit vier blettern*.
10. Acetum acerrimum.

Radices omnes effodiendæ ſunt eo tempore quod inter 15. Auguſti & 8. Septembris intercedit; quamuis aliqui tardius effoderint, & efficaciſſimum tamen ex-

perti sit antidotum. Deinde incisæ reponantur in ol-lam vitreatam affuso aceto acerrimo, quod duobu digitis radices excedat. Tum olla operculo clausa, ri-mæ omnes albo oui cum farina subacto diligente oblinantur, & sic in illa ad lentum ignem leuiter o-mnia bulliant, postea olla aperta, abiecto quod red-undat aceto, (nisi ex illo forte syrupum adiecto mel-le & alios vsus commodum parare libeat) radices ex-siccentur, quoad fieri potest. Deinde contritis omni-bus addantur acini herbæ Paris dictæ (nos Solanum tetraphyllum vocamus) numero viginti sex, & fiat puluis, cuius drachma vna e vino albo propinetur. Dosis huius pulueris est scrupuli duo, vel drachmę di-midium adultis & senibus. Aliis enim minor dosis sufficiet videlicet scrupulorum duorum.

Videtur hæc antidotus nō aduersus omnia vene-na solum, sed alios quoque affectus vtilis futura, icte-rum præsertim, cachexiam, dyspnœam vel asthma, splenis obstructionem, retensionem mensium & cal-culos renum, quartanam, aliaque huiusmodi, vbi fri-gidos, crassos & viscosos humores caussantur: præsen-tissimum quoque remedium est contra pestem, & contra eandem præseruatiuum.

Sunt & aliæ huius pulueris descriptiones, quas lu-bens prætereo, tantum vnam subiicio, quam a Berle-psio Illustrissimi Principis Electoris consiliario didi-ci: quæ mox sequitur.

Antidotus Saxonica contra omniū generis venena efficacißima.

℞ Valerianæ vnciam vnam cum duabus drach. id est, *Baldrian Wurtzel.*

Hirundinariæ, id est, *Schwalben Wurtzel.* vnc. j.

Polypodii quercini, id est, *Stein Wurtzel,* sesquiunc.

Angelicæ satiuæ,
Smyrnii *Muster-Wurtzel.* } ana vncias duas.

Althææ,

Althææ, *Erbisch wurtzel*, vnciam vnam.
Corticum radicum Laureolæ sesquiunc.
Radices effodiantur tempore quo supra dictum est. Deinde incisæ in nouam ollam testaceam vitream immittantur acerrimo infuso aceto, ita vt ad latitudinem duorum digitorum radices excedat. Deinde olla operculo probe contecta farina subacta oblinetur, ne vapor exhalare aut alioqui aura ingredi possit. Hæc ita ad spatium dimidiæ horæ bulliant, postea q. ab igne sublata infrigidentur. At vbi iam probe infrigidata fuerint, abiecto aceto radicibus adiice XII. acinos herbæ quæ dicitur Paris, & singulis acinis tria folia ex cauliculo herbæ prædictæ adde. Hæc ita supra fornacem vel aeri exposita probe siccato in loco aliquo radiis solarib. minime peruio. Deinde omnia in puluerem tenuissimum cõminuta, per cribrum setaceum transmittito; cumq. opus fuerit, ad pondus vnius drachmæ exhibeto. Hic puluis vim habet insignem contra pestem & venena, aliaq. morborum genera, quorum superius mentio facta est.

Antidotus Nicomedis regis contra venena.

℞. Baccarum iuniperi drach. ij.
Terræ Lemniæ drachmas duas, & obolos totidem. Hæc vbi in puluerem redegeris oleo aut melle commiscebis, reponesque, atq. cum opus fuerit, ex aquæ mulsæ cyathis duobus in magnitudine auellanæ dabis.

Hoc loco placuit etiam adiicere medicamentum Regis Daniæ, Christiani III. contra morbum caducum, & syrupum S. Ambrosii in febre tertiana vtilem.

CAP. LIII.

Recipe Cranium siue caluariam hominis, præsertim furis suspensi, nulliusque morbi interuentu mortui (nam huic plus efficaciæ, quam reliquis tribuunt) hanc caluariam in craticula tostam ad pulue-

rem redigito. Deinde accipito tria grana Pæoniæ, atque hæc cum vna drachma prædicti pulueris, & aqua lauendulæ ad quantitatem vnius cochlearis ægroto tempore matutino exhibeto. Postero & tertio die fac idem. Sumet autem ægrotus hunc puluerem ieiuno stomacho; ac tres continuos dies se domi continebit, pauco potu & cibis lenis ac facilis digestionis vtetur, vt sunt oua. Non abs re etiam fuerit, vt ægrotus postea singulis diebus mane per aliquod tempus cochlear aquæ lauendulæ exhauriat. Os bestiæ vnicornis etiam contra hoc morbi genus conducit.

Syrupus S. Ambrosii prouocans sudorem & sitim exstinguēs, quo Mediolanenses adhuc vtuntur, vtilis in febribus tertianis.

CAP. LIIII.

℞ Milii excorticati quantitatem conuenientem; decoquatur donec crepet. Deinde recipe vnc. quinque vel circa eius iusculi ebullientis, & infunde vini albi odoriferi vncias duas, & sic calidum da patienti, ac bene eum coöperias; tunc mirum in modum sudabit.

Perstrinxi iam fere breuiter singula quæ ad retinendam sanitatem & cauendos morbos vobis significanda esse iudicaui. Cum autem Cornelius Celsus Medicorum Romanorum Princeps, eadem fere mira breuitate tractet, non possum non vos ad lectionem eius auctoris vehementer adhortari. Quapropter etiam integrum fere capitulū primū libri primi huc adscribere, & tanquā epilogū addere placuit.

Quemadmodum sanos agere conueniat, capitulum I. Cornelii Celsi.

CAP. LV.

SAnus homo qui & bene valet & suæ spontis est, nullis obligare se legibus debet. Hunc oportet varium habere vitæ genus, modo ruri esse, modo in vrbe,

re, sæpiusque in agro nauigare, venari, quiescere interdum, sed frequentius se exercere, siquidem ignania corpus hebetat, labor firmat; illa maturam senectutem, hic longam adolescentiam reddit. Prodest etiam interdum balneo, interdum aquis frigidis vti, modo vngi, modo idipsum negligere, nullum cibi genus fugere, quo populus vtatur; interdum in conuiuio esse, interdum ab eo se trahere; modo plus iusto, modo non amplius assumere; bis die potius quã semel cibum capere, & semper quamplurimum, dummodo hunc concoquat; intermissus propter ciuiles aliquas necessitates ordo exercitationis corpus affligit. Concubitus vero neque nimis concupiscendus, neque nimis pertimescendus est; rarus corpus excitat, frequens soluit. Cum autem frequens sit non numero, sed natura ratione ætatis & corporis, scire licet, eum non inutilem esse, quem corporis neq. languor, neq. dolor sequitur. Idem interdiu peior est, noctu tutior: Ita tamen si neq. illum cibus, neq. hunc cum vigilia labor statim sequitur. Hæc firmis seruanda sunt, cauendumq. ne in secunda valetudine aduersa præsidia consumantur. Hæc ille.

Conclusio. CAP. LVI.

POstquam nunc o filii carissimi recensui quæ profutura vobis ex aliis partim collegi, partim ipse experientia edoctus animaduerti (præscribere vero facienda vniuersa non magis possum, quam præscire omnia euentura) vestri erit officii hæc præcepta, tãquam per manus a maioribus tradita studiose amplexari, memoriq. mente seruare. Inter cætera autẽ hoc nõ extremum præceptum esse arbitror, summo studio eniti, vt quæ quis ex quotidiano rerũ vsu expedire sibi cognouerit, eorũ successum summopere promouerat, eaq. ad felicem exitum perducat Quod si vero, o filii, abnegata omni impietate, sobrie, iuste-

que & pie viuentes, Deum reuerenter colueritis, ma-
giſtratus, parentes, præceptoreſque veſtros obſerua-
ueritis, & in omni vita in aere & motu reliquiſque
affectibus moderationem & temperantiam, iuxta
rationem præfinitam & præſcriptam adhibueritis,
periculoſoſque caſus (citra tamen famæ veſtræ ia-
cturam) fugeritis, nequaquam dubito, quin ad grã-
dæuam ſenectutem vitam commode producturi ſi-
tis, ac filios filiorum viſuri. Denique hic labor, hæc v-
nica vobis cura ſit, primum Dei optimi maximi, de-
inde hominum gratiam & fauorem, honores diuiti-
aſque lucrari, & ſanitatem conſeruare. Quod vt mihi
vobiſque Deus æternus, qui cuncta ſuperna & infer-
na libere, pro iuſto diuinæ ſuæ maieſtatis arbitrio
moderatur & regit, benigne clementerque largia-
tur, hactenus aſſiduis ſeriiſque precibus ab eo
contendi, & etiamnum contendo, toto-
que ex animo precor.

FINIS.

GVILIELMI

GRATAROLI BERGOMATIS, MEDICI CLARISSIMI, DE LITTERATORVM ET EORVM QVI MAGISTRATVM GERVNT, conseruanda valetudine LIBER

Omnibus, quibus secunda valetudo curæ est, apprime vtilis & necessarius.



FRANCOFVRTI
Ex Officina Paltheniana, sumtibus Viduæ Petri Fischeri. *M. D. XCVI.*

GVILIELMVS GRATAROLVS DOCTOR MEDICVS, EGREgio Iuriſconſulto & Oratori D. Franciſco Gratarolo, conſanguineo ſuo colendo S. D.

Nemo eſt mentis compos, qui poſt animæ ſanitatem, corporis valetudinem, maximum in hac vita bonum eſſe neget: & receptiſsimum eſt carmen illud vulgatum: Optandum eſt, vt ſit mens ſana in corpore ſano: *neq; enim diuitiarum vlla gratia, aut liberorum, aut regnorum, demũque virtutes nec vtiles, nec conferentes eſſe abſq; ſanitate poſſunt: id quod etiam ex Eccleſiaſtici cap. 30. ſic legitur: Potior eſt pauper ſanus, & bene valens, quam diues affectus corpore. Sanitas & incolumitas præſtant omni auro, & valens corpus immenſis opibus. Nulla diuitiæ meliores ſunt ſanitate corporis, nec vlla voluptas maior lætitia animi. Nec Plato id ignorauit cum in ſuis legibus bona humana enumerans, quatuor numero, videlicet: primum locum dat ſanitati, proximum formæ, tertium viribus, vltimum diuitiis. Recto quidem ordine ſapientique vſus iudicio vir diuinus, quod intelligeret, demta ſanitate, nullo nobis vſui futura reliqua illa tria bona. Sed heu pudor & negligentia! tam pretioſum & amabilem theſaurũ, rebus omnib. plerumq; negligentius curamus & tuemur: qui tandem non niſi amittendo fere cognoſcitur, idcirco caritate qua præcipue erga pios & ſtudioſos teneor, motus, ac cõtra multorum dicacitatem qui omnes medicos mala tantum quærere, ac pecuniæ inhiare nugantur, compendium iſtud qua potui diligentia, & maioribus, quam res parua præ ſe ferat, laboribus, concinnaui. Cuius cauſſa non ita in Græcorum medicorum placita iuraui (quibus tamen potiorem ac omnem fere medi-*

cinam debemus) quin ex Arabum quoq; præcipuis, veluti ex florib. mellificium apes, quod verum & rationi consonum visum est, selegerim, & quæ iam annis XV. in vsu artis hac in parte obseruaui, adiecerim. Et quamuis huius generis multi ac varii exsistant libri ac libelli, quib. omnibus suus debetur honos; pleriq; tamen vel nimia barbarie aut superflua prolixitate legentes afficiunt tædio; alii amethodi sunt, vel rerum incertitudine aut nimia breuitate parum prosunt. num vero ego vtile dulci miscuerim, cum iudicium esto penes doctos & candidos lectores, tum opus artificem declarabit. quod potui fideliter præstiti: nec me ita fallit communis φιλαυτία, quin videã potuisse rem elegantius & vberius a doctißimo aliquo nostri temporis scribi. Sed hæc non edidi medicis, (vtpote quibus doctiora & longe ampliora non desunt) at his quibus aliis in rebus & studiis occupatis, longiores medicorum libros euoluendi, & iudicandi haud suppetit commoditas: qui boni consulent conatum meum & bonam voluntatem: quos, arbitror, non pœnitebit emtionis ac lectionis huius libelli. Sed cum pene omnis elucubratio suos habeat Zoilos & detractores, nec deessent sub quorum nomine ac tutela hanc etiam emitterem, te, quo neminem ab ineunte ætate cariorem fere habeo, elegi: qui (cum alias etiam sis magnarum iustarumq; caussarum patrocinio assuetus) hoc paruum opus a calumniis æmulorum assereres: vt qui inter Iuris peritorum eloquentißimos, & eloquentium iuris peritißimos, in ista multis nominibus ampla Venetiarum ciuitate, fortasse nemini aut paucißimi secundus dicaris & exsistas. Nec vero defuturum tibi in rem medicam amorem puto, qui ex ea natus sis familia, & affinitate cum ea etiam coniunctus, quæ multos iam diutißime habuit, & nunc magis habeat non triuiales aut empiricos, sed absolutos & claros medicos: ex quibus quos memoria teneo breuißime recensebo, vt iuniores in familia nostra ad imitationem accendam, non quod in gloriam non affectem, cum in sola CHRISTI seruatoris nostri cruce ac cognitione sincera (inuito sathana & mẽbris eius) glorier. Atq; vt a tibi coniunctioribus incipiam, claret istic excellentißimus D. Hieronymus Gratarolus socer tuus, qui vel

sola

sola veneranda præsentia, ægrotantes (nimirum curabiles) in sanitatem, nedum in spem, reducit. Hunc sequitur illius haudquaquam degener filius Antonius, auum suum paternum, ob praxim suam adhuc in multorum memoria hærentem, re & nomine referens, ac facile (Deo adiuuante) superaturus, cum & studiorum politiorum, & rerum omnium necessariarum commoditates nactus sit, ac iam lauream adeptus. non silebo diutius patrem meum Peregrinum Gratarolum, philosophum ac medicum talem cui non in patria modo satis ampla & doctorum numero celebri, sed etiam vicinis in regionibus pauci essent æquales, superior fortasse (pro ratione ætatis) nemo, idque eorum qui illum nouerunt testimonio non meo, quod aliquibus suspectum videri queat, is pestifero illo anno 28. supra sesquimillesimum, cum ob nimios (multorum precibus petitus) ac sedulos in actu medendi labores erga plurimos conciues Bergomi in grauißimum morbum incidisset, qui caput maxime obsidebat, nec se ipsum in eo genere morbi iuuare posset, a quo plurimos parũ antea in sanitatem asseruerat, accersitis nonnullis aliis medicis, tandem intra 14 dies obiit, ætatis suæ anno, ni fallor 56 an vero vi morbi, aut fato, aut alia caussa, quam dicere supersedeo, Dominus nouit. ante meum ortum celeber fuit medicus & grauis, Simon Gratarolus auus Simonis nunc Iure consulti elegantis, ac non paucis virtutibus in hac prima iuuenta præditi. nec prætereundi sunt duo istic iuuenes germani fratres Ioannes medicus, & Pasquimus Iurisc͠osultus, quos nullis vel laborib. vel impensis parcere arbitror, vt in dies magis atque magis, tam grauibus professionibus respondeant. Sed faxit Dominus Deus & pater æternus, vt nõ minus Christiana fide, spe, ac caritate crescamus, quam diuitiis, & mundi fluxis, ac tandem vanis honoribus: vt in die illa impiis omnibus & incredulis tremenda, acceptabiles compareamus. Bene vale, ac me sinceriter amantem, cum tuis omnibus perpetuo redama. Ex inclyta Basilea Kalend. Martiis.

M. D. L V.

GVILIELMI GRATAROLI DE LITERATORVM CONSERVANDA VALETVDINE LIBER.

PROOEMIVM.

VT ante omnia quodnam hoc in opere meum sit officium, & quid in summa præstare velim, pateat: præmittendum breuissime censeo, indicationes medicas a quatuor sumi capitibus, nempe vel a sanitatis natura & caussis eius, vel a corpore sano: vel a natura morbi suisque caussis & corpore affecto: vel a medio seu a quibusdam communibus Indicatio autem nil aliud est, quam nota iudicans quid agendum secundum ratione a rei natura, cuius gratia vel agimus, vel affectum curandū sumimus. Quæ a natura sanitatis, & a corpore sano sumuntur, vnam habent communissimam indicationem, bipartitam tamen, conseruationem scilicet & præseruationem: conseruationem quidem cum corpus est, exquisite sanum: (quale raro contingit) præseruationem vero cum corpus iam incipit in deterius labi: hæque duæ indicationes ac communes medicinæ ad nos in præ-

præsenti opere pertinent: nam cum conseruatio & præseruatio vel ad Gymnasticum vel ad medicum pertineant, ac Gymnastica ars nostris temporib. desierit, ad medicum solum pertinebunt, vt etiam Galenus in proprio hac de re libello, tum alibi voluit. Aliæ indicationes quæ a natura morbi eiusque caussis & a corpore affecto sumuntur, quę res sunt præter naturam, quarum communissima indicatio est correctio & ablatio, ad medicum morborum curatorem spectant. Mediam autem illam communissimam quandoque conseruationem, quandoque ablationem, indicant caussæ non naturales, nempe aer, cibus & potus, motus & quies, inanitio & repletio, somnus & vigilia, & animi symptomata: quibus adduntur ætas, temperatura, consuetudo, ars, & natura propria siue indiuidualis. Sunt autem media, quia quandoque conseruationem indicant, quandoque ablationem: ablationem quidem, cum exempli gratia, aer ægritudini aduersus est: aut enim alteratur cum contrariis, aut mutatur: si vtilis, conseruamus cũ similibus, ita, cũ sanos conseruamus facimus. Cõmunes ergo sunt istæ indicationes, quia tam conseruator aut præseruator sanitatis, quam ægritudinum curator, his vtitur. Meum igitur hic conseruationis ac præseruationis munus aggrediens, sequar præcipue illarum quinque rerum ordinem Hippocraticum, quem Galenus cum alibi, tum in secundo De tuenda sanitate recenset: sunt autem, labor. cibus, potio, somnus, venus: in quibus, modo ac ordine adhibitis, sanitatem potissimum consistere, hi duo medicinæ patres asseruere. illis quinque, Deo iuuante, addam accessoria, res alias non naturales, & quæcunque ad præsens negotium vtiliora esse videbuntur. De labore itaque seu exercitio narrationem, inuocato æterni patris per Christum auxilio, incipiamus. Hæc pauca prætermittentes. Quod cum ho-

minum naturæ ſint numeroſæ, diuerſam quoque victus & exercitii rationem poſtulant : ac proinde ſicut (inquit Galen.) fieri non poteſt vt vnum calopodium ad omnes homines ſutor accommodet, ita nec medicus vnam omnibus vitæ ſpeciem quę conducat poteſt accommodare. Nonnulli ſiquidem ſunt, qui ſi triduo ſe ab exercitatione abſtineant, protinus ægrotent : alii in perpetua fere quiete degentes, tamen ſecundam tuentur valetudinem : & in aliis rebus ſimilis reperitur diuerſitas. Cum autem vt corporum ipſorum numeroſa diuerſitas eſt, ita vitæ rationum quibus viuimus, ſint ſpecies diuerſæ: fieri nequit ſane vt in qualibet propoſita vita abſolute optimam corporis noſtri curam exhibeas, ſed eam tantum quæ cuique optima ſit. Quare omnibus iis qui aut ſeruitute, aut etiam impediti negotiis, corpori curando vacare nequeunt, optimam prorſus corporis curam ſcripſiſſe, ſuperuacaneum fuerit. iis autem qui omni modo liberam vitam degunt, præcepiſſe fas eſt, quemadmodum victuri ſint feliciterque & diutiſſime. Porro quod ſimplex inculpatumque in omni genere eſt, id cæteris omnibus ceu regula quædam præponi poſtulat. Ac ſimplex inculpatumque in corporibus quidem eſt (velut Polycleti regula) quod optimo eſt habitu : in vitæ generibus, quod omnino liberum eſt. Vt aliquis etenim in longiſſimum prolata vita, etiam bona valetudine perpetuo vtatur, is liber oportet ſit ab omni negotio publico, nimirum ſibi viuens duntaxat, ſolique indulgens corpuſculo. Etenim immortale fieri quod genitum eſt, plane non poteſt : vt vero in longum perduret tempus, id maxime fieri poteſt. Nam qui optimum (ait Galenus) ſortitus eſt corporis habitum, ſi ab omnibus quæ ad publicum in vita ſpectant, ſecedat, ſibique tantum vacet, nec morbo vllo quoad fieri poterit vnquam tentabitur, neque ante longiſ-

5. De tuē da ſanit.

Aliorū omnium regula.

Quinam diutiſſime viuant.

ſimum

ſimum vitæ tempus morte occupabitur. Sed quis non modo inter Chriſtianos, verum etiam inter Ethnicos & Epicureos tam vecors eſt, vt ſibi ſoli natū ſe eſſe putet, neque vnquam aut publici aut priuati alicuius cura illi ſit? His certe (ſi qui ſint,) non ſcribimus: ſed illis, qui quod ſupereſt temporis a legitimæ vocationis munere, curando corpore modeſte impendunt, vt hominis proprias actiones integrius obire queant: non vt animum corporis voluptatibus ſeruire cogant, tanquam aliam ſupereſſe vitam minime credant, atque idcirco ſolum curando corpori vacent, quibus Galenus in libris ſex de Tuenda ſanitate ſatis faciet, qui tam longa ſerie & exquiſite artem præſcribit, vt ne inter principes quidem liberrimos & potentes & otioſos, vix puto aliquem reperias qui omnia ſua, alioqui ſanctiſſima præcepta obſeruet. Quæ ſcribimus, omni fere ætati conducent, pueritia & ſenectute vltima exceptis. quiſque quod ſibi opportunum eſt, & commodum accipiat quantum poteſt. Ad ordinem igitur propoſitum redeamus.

Non ſoli nobis nos naſci.

Quibus ſcribatur hic liber.

De exercitio ſeu Labore.

QVoniam magna pars conſeruationis ſanitatis in opportuna corporis exercitatione cōſiſtit, vt Auicenna, & ante ipſum Hippocrates & Galenus ait, obſeruanda in primis exercitatio eſt. Laudatur autem cum ob alias cauſſas, tum vel maxime quod opportune facta, prohibet ne repletionis materia congregetur, & corpori leuitatem præbet: quin etiam innatum calorem & ſeruat & mirifice excitat, totiuſque corporis vires inſtaurat, & omnes virtutes roborat. etenim tenuem calorem amplificat, & ſuperfluitates quæ paulatim congeruntur, quaque die diſſoluit, & ad loca vnde egredi ſolent, adducit: tum membra ad ſuſcipiendum alimentum aptiora reddit; propterea quod excrementitias materias ab eis

Exercitij cōmoda.

expellit: ad hæc meatus aperit, in quibus facile receptus sanguis ab altrice anima, virtutibus naturalibus bene ministrantibus quæ huic officio delegatæ sunt, in substantiam membri vertitur: quæ nutritio assidua, vitæ perquam necessaria est. Huius enim virtutis cessationem, confestim mors sequitur. Accedit & illud exercitationis commodum, quod cum superfluos humores prohibeat, a pharmacorum vsu excusat Danda enim impensa opera est, vt Plato in Timæo inquit, quæ prius fuit Hippocratis sententia) ne pharmacis dum fieri aliter potest, corpus commoueamus: quoniam & si purgant, tamen inueterant: quæ etiamsi venenosa non sint, qualia certe plurima sunt, attamē ea sumere perquam laboriosum est: tum quod naturæ contrarium eorum officium est, quia humores a membris detrahunt, quos naturæ vires ad ea ipsa pro alimento attrahunt: tum quia præter malos humores quos educunt, bonos etiam, necnon spiritus quibus vita consistit, bona ex parte extrahunt. Non ab re itaque sapientes nostri multa de exercitio cōscripsere ad vitandos morbos, qui ex paulatim facta repletione contingunt Quippe cum post nutrimenti distributionem, materiæ quædam supersunt, quas haud complete natura euacuat, subindeque adauctæ, ni educantur, committunt morbos: tum ad euitanda pharmaca, quibus vel sanetur corpus, aut priusquam morbi veniant, præseruetur, per exercitationē sicut generantur, ita quotidie expellantur opus est: rati si reliqua quæ paulo post narranda sunt, recte obseruata fuerint, bonam posse valetudinem in hac præsertim ætate quæ consistens dicitur, imo vero & antecedente & consequente eam ætatem, paucis mutatis vel additis, belle seruari. Senectutis regimen præcipuum hic non tractamus, quod præter Galenum, cum ab aliis in vniuersum describitur, tum præsertim proprio libello tractauit egregius senex medicus Anto-

Pharmacorum noxumēta.

V. de Tuenda sanitate.

nius Fumanellus Veronensis. Dabis igitur pie lector operam (in Dei gloriam & proximi commodum) vt floridissimos consistentiæ annos incolumes cum tua prudentia, tum etiam nostro consilio transigas: hæc namque ætas flos vitæ dicitur. Transiges autem, si quæ a maioribus nostris præcepta, & hoc compendio per me notata sunt, diligenter obserues, quorum potissimum exercitatio est. Quare recte Galenus, omnes amicos suos qui diligentem exercitii curam habuere, semper sanos fuisse testatur. Sed quoniam non quoduis nec qualibet hora opportunum & laudabile exercitium est, de tempore quo peragendum est, deque illius generibus tractare iustum est. Tunc hora, vt inquit Auic. corpus exercendi peropportuna est, quando in eo ipso corpore quod exercendum est praui humores non exsistunt, quos exercitium per agitationem, & calefactionem per corpus dispergat, aut ad membrum aliquod princeps aut principi ministrans, aut aliam corporis partem declinare, vel intendere & putrescere faciat. Ad hæc alui & vesicæ excrementa priusquam te exerceas, deposuisse, & cibum ante assumtum concoctum in ventriculo esse, operæpretium est. Nam & Hippocrates præter rationem ipsam præcipit vt labores cibos præcedant. Quamobrem post cibum cauendam exercitationem puto quoniam & accidentia animi fortia, & motus corporei fortes concoctionem impediunt, putredinisq. caussa sunt: quamuis leuem ambulationem, vt cibus ad imam ventriculi partē accedat, (vbi melior fit cibi concoctio) profuturā arbitror. Posteaquā vero cibus e ventriculo egressus est, nec tamen fortior adest fames, tunc cōpetens hora exercitii est, æstate quidem in exortu solis, ne duplici calore afficiatur corpus: primo autem vere & autumno duabus post solem exortum elapsis horis, vt frigus matutinum vitetur. Vt enim meridianus calor noxius est,

Exercitii tempus.

6 Epid. Par. 4. Aph. 28. & Gal. 5. De tuenda sanit.

Anni partium exercitium. ita matutinum frigus, autumno præsertim & hieme, fugiendum est, quamquam & domi simulatque de lecto surrexisti, exercere te valeas. Hieme vero, tepefacto aere in domo, aut in operto quouis loco & circa meridiem, exerceri Auicenna precipit, ne commoda exercitii tollat frigus, aut impediat: nihil enim virtuti regitiuæ totius, frigore infensius est: præsertim cum maius quoddam excalfacto corpori repente accidit. Cum vero plura sint exercitii genera, ea potissimum quæ cognouero esse præstantiora, & magis his quibus scribo opportuna, commemorabo. *Deambulatio.* Primum itaque deambulatio occurrit, quæ frequentius præsto, tum leuis & fortis exercitatio esse potest. Nã si leuis motio & plana sit, debile exercitium est, quo feruidis mensibus & prima autumni parte vtaris, quoniam per hæc tempora calor aeris & siccitas præualet: non igitur (præcipue bilioso homini) motione forti magis inflammandum, & exsiccandum est corpus: & profecto nullum est tempus quo minus æstiuo exercendum sit corpus: quamob- *Æstas.* rem quiete potius (in regione calida) quam forti exercitio est opus: quoniam nihil est quod innatum calorem adeo incendat sicut labor & motus. iterata vero perdiu & absque interposita mora fortiusculũ *Ver.* exercitandum est, quod verno tempore agendum est, quia vernum exercitium iure optimo maius quã æstiuum esse debet. Vnde longiorem ambulationem, suauem tamen, peropportunam hoc tempore arbitramur: longiorem quidem, vt superfluitates quæ per id tempus antecedente hieme congestæ sunt facile resoluat: Leuiorem autem, ne calefaciat, & nimia agitatione homines feruere (præsertim calidioris temperaturæ) faciat: id namque leuioris & lõgioris exercitationis genus calidis & humidis corporibus plurimum conuenit. Fortis autem ambulatio & maxime per ardua atque inæqualia, vt per

scalas ascendendo & descendendo iteratis vicibus, ita vt anhelitus magnitudo & frequentia adsit, verum & laudabile exercitium est, quo per frigida & humida tempora exerceare liberius. Est alterum exercitationis genus, de quo scripsit Galenus, sed grauibus & occupatioribus viris, capitique læso inopportunum, qui ludus paruæ sphæræ seu pilæ dicitur, in hoc enim ludi genere omnia corporis membra & singulæ partes æqualiter mouentur: sed capiti obesse solet, quoniam deprimi frequenter euenit: idcirco dum luditur, stare, & caput erectum tenere oportet: id quod instrumento quodam quod ex reti & ligno in circulum ducto fit, quo pila ludendo excipitur, fere consequeris. Accedit suauissimæ exercitationis genus, quo opportune rusticando vti poteris. Equitatio namque laudatissimum exercitium est, capiti & ventriculo ac intestinis maiorem in modum conferens, quod priscis & posterioribus pergratum salubreque exstitit. Laudo autem exercitium, quod ab Auicenna ad trahendas materias a capite ad inferiora, traditum est: fit autem in hunc modum. Ligato ligno in fune trabi infixo, appensis manibus, ita vt a terra leuatus sis, pedes mouendo te exerceas. Verumtamen optime purgatum sit corpus necesse est, ne forte superfluis humoribus ad imas partes detractis, abscessus contingat: Luctam vero, ac Palæstram, & saltationes, quæ inter fortia exercitii genera numerâtur, vtpote publico aut studioso viro minime congrua, non pertractabo. hic tantum obiter hoc non præteribo, eos exercitatione vti debere vehementiore, ac contentiore deambulatione, qui valentioris alimenti cibum sumserint, nempe venatu, palæstra, cursu, disco, pila, parua: & summatim quodcunque exercitationis genus his conuenit, quod respirationem vehementiorem concitare possit, ac calorem augere, tenui quodam

Deambulatio fortis.

Parua pila ludus.

Equitatio.

Exercitium pro capite.

Lucta.

Exercitium fortius quibus conueniat.

ſudore humectam cutim perfundere. Etenim exercitatio acuta corpus tenuat: contraria craſſius reddit, multa corpus ſiccat, mediocris obeſum præſtat. Iis autem qui tenui victus ratione vtuntur, ſatis erit etiam breuior deambulatio. Sunt vero alii qui impenſe calido temperamento ſunt, & qui exercitari prorſus non debeant: ſed abunde his ſatis faciant inambulatio, balneum, & mollis ex oleo frictio, graciliores namque tales ſunt, & bilioſi admodum. Illud perpetuo obſeruandum, vt tantiſper ſe quis exerceat, dum nondum laſſitudinem exercitatione contrahat, quam ſi ſuboriri perſentiſcat, deſiſtere conuenit: ita enim corpus cum ſuis partibus exercendum eſt, ne excrementitiæ materiæ, quæ augeri per otium ſolent, congregentur: quum vero ſudor apparet, laborque (vt dixi) non leuis in motu percipitur, ceſſandum ab exercitio, ſudorque abſtergendus eſt: tum paulo poſt quietem, reficiendum eſt corpus, ipſis namque exercitationibus, ſicuti & cibo & potui, aliiſque rebus menſura congrua adhibenda eſt, quæ rem ipſam neque vltra quam par ſit, protrahat: neque etiam de illa adimat: quia exceſſus diſſoluunt vires: defectus vero tantum de vtilitate adimunt, quantum ipſi a recta menſura deficiunt. facultates enim noſtræ robur ſibi comparant, ſi moderatis cōgruentibuſque exercitiis foueantur. Sed leuia exercitationis genera, quæ vix nomen exercitii merentur, tum quæ partibus corporis opportuna ſunt, quam breuiſſime perſtringamus: quorum primũ iam antea explicatum eſt, ſuauis inquam deambulatio: cui fricationes accedunt, quæ conualeſcentium & ægrotantium interdum exercitia ſunt: non enim ſanis ſufficiunt. vt Plato in Timeo elegantiſſime, quẽ Galen. ſecutus eſt, docuit, eas vero profuturas cũ in diuertendis a capite vaporibus ad extremas partes, tum in aperiendis meatibus vt facile diffientur ma-

Quinam exerceri non debeant.

Exercitii terminus.

Quid post exercitiũ fiẽdum.

Congruã in omnibus mensuram requiri.

Leuia partium exercitia.

Fricatio.

teriæ

teriæ ſubtiliores, credimus. Quinimo veteres ante & poſt quodlibet exercitationis genus adhibere fricationes & vnctiones conſueuerunt: ante quidem, vt apertis perfricationẽ meatibus, facilius exire poſſent materiæ: poſt vero, vt quæ egreſſa materia eſt, abſtergatur a cute, & quæ in carne retenta eſt, diſſoluatur: quę mihi res ſummopere cõferre videtur. Itaq. te hortor vt priuſquam e lecto ſurgas, pectus dorſum & ventrem leuiter, fortius autem brachia & tibias manibus aut linteo calidis fricari facias: aut tu ipſe quas potes partes fricando, te exerceas. Nam ea frictio cõcoquit etiam crudum ſuccum, ſimulq. corpoream molem animalis nutrit. quin etiam ſi contigerit ſudor poſt exercitium, abſtergi cum leuiori fricatione facias. Dura porro frictione ligari corpus, molli ſolui, multa extenuari, mediocri craſſeſcere, au ctor eſt Hipp. Iuuerit etiam quando itur dormitũ, ſi forte capitis grauedo adſit, tibias & manus fricare atque comprimere ita enim vapores qui ſuperiora petunt ad inferiora deriuantur. Veſpertina inſuper totius corporis frictio iis vtilis eſt, quos vel laſſitudo va lida premit, vel ſiccitas male habet, vel atrophia macerat: cui tamen olei perfuſio temperati, ſeu inunctio, ſubſequi debet: niſi vngendi antiquorum mos exſoleuiſſet cum multis aliis rebus. Oleum ſiquidem non ſolum poſt, ſed ante frictionem etiam in apothera peutice ſeu recurarrice frictione poſt exercitationem ac laſſitudinem adhibebant, quod ad velocitatẽ frictionis conducit, remittit tenſa, ſimulque mulcet ac mollit mẽbra defatigata. Leuiſſimũ item exercitationis genus & aptiſſimũ eſt, vehi nauicula. Sed motiones quę partes quaſdã exercent, pręter fricationes, particulatim percenſeamus. Arcũ manibus cõtrahere, lapides aut quæuis grauia ſedẽdo aut ſtãdo iacere, brachiorum & vicinarũ partium exercitiũ eſt, quamquam in hoc totũ etiam corpus exerceri poſſe

Frictio in veſperi quibꝰ conferat.

Olei vſus in frictione.

Varia partium exercitia.

videtur. Vocem autem humilem primo, deinde altam legendo mittere, linguę, gutturis, pectoris, ac pulmonis exercitatio est: quę etiam ventriculo conferre solet. Capitis vero exercitium præcipua cura obseruandum est, quoniam cerebrum inter cæteras corporis partes frigidissimum est: seruandus igitur omni industria est suus calor innatus, & ne multitudine superflui obtundatur, diligentiore opera vigilandum. Itaque velim quotidie dum e lecto surgis, depositis alui & vesicæ excrementis, fricationib. adhibitis (vt monui) petiis lineis mundis, siccis, parum calidis, ab anteriori parte versus posteriorem caput fricando exerceas, sintque primæ fricationes leues, quibus fortiusculæ succedant, tum pectine anteriore presertim & superiore capitis parte retrorsum trahẽdo, & rursus petiis (seu linteolis) caput mundando vtendũ est: quæ si puluere ligni aloes vel caryophyllorum & rosarum siccarum suffiãtur, cerebro ac sensibus longe magis conferent. Equidem præsentaneum auxilium ex fricatione & pectinis vsu percipies: Naturalis enim calor excitatur, meatus aperiuntur, quibus obstructis materiæ retinentur & cerebrum patitur: adapertis vero difflantur materiæ & vapores, cerebrumque syncerum & validum redditur.

Capitis cura habenda.

Inualuit opinio apud multos præsertim vulgares homines, caput non esse abluendum, habentque vulgatum sed minori ex parte verum carmen, *Sæpe manus, rarøque pedes, caput vero numquam:* quibus breuiter dico, ea pręcipue capita lauari debere quę cerebrum habent humidum: vel eorum qui comam nutriunt, in quibus superfluitatum exteriorum expulsio retinetur ob capitis & capillorum immunditiã, quę non parum nocet, cum vaporum ac fumorum, poros obstruendo, egressiones resolutionesq. impediat: quę sordities per cõuenientem capitis ablutionem remouetur, ob ea incommoda dicebat Auicenna non

Capitis lotio.

na non conueniens esse capillos aut barbam prolongari permittere, quod sorditiem terrestrem crassam obstruentemque circa radices retineant, nisi bene a sorditie mundentur. His igitur præcipue ac etiam illis qui lauari consueuerint, bene calida vt lauentur Auenzoar præcipit: rosarum vero siccarum pugillus & ligni aloes nec non florũ chamæmeli, aut betonicæ in frigidioribus si tantillum ea in aqua vel lixiuio debili infusum fuerit, certe præstiterit, (qui caput debile aut frigidum humidumque ac memoriam inde læsam restaurare voluerit, optima & facilia remedia reperiet in opusculo meo De memoria reparanda edito,) statim vero atque lotum est caput, lineis linteolis mundis ac siccis tum calefactis diligenti cura siccandum, beneque muniendum est ne vento aut frigore lædatur. Ego tamen non lauare, hieme potissimum aut sæpe satius duxerim, iis præsertim qui absque capillis vt plurimum degunt, frequẽti tamen vsu fricationes iam dictæ, & pectinis ministratio habendæ sunt: quoniam præter iuuamenta quæ diximus, maximum etiam visui præsidium afferunt. Visus autem peculiare exercitium est res minutas & luminosas non sine mensura aspicere: quamquam in canticis Auicenna exiles figuras & confusas, tum subtiles & minutas literas inspiciendas non esse existimet. Auditus vero exercitium est sonos lenes, interdum etiam magnos audire. Sed a fortioribus obiectis vt in hoc sensu, ita in aliis cauendum est. Quoniam vt Aristot. ait, excellens sensibile corrumpit sensum.

Can. 3. Fen. 3. ca. de ophthalmia.

Visus exercitiũ.

Auditus

Exercitii vices supplet aliquando balneum, vel aereum, vel aqueum in aqua dulci: nam de mineralibus aquis quæ thermæ dicuntur, nihil dico, cum ad curationem morborum potius spectent, aereo vtantur ieiuni qui crassiores sunt, & concoctis superfluis humoribus, aut excrementis abundant, aqueũ

Balneũ.

vero graciliorib. magis conueniet, cuius vſus varius eſt pro intenſiori aut remiſſiori caliditatis gradu: de quo Galenus ſic inquit, Dulcium calefactarum aquarũ ſi temperata ſint, vis calida & humida eſt: Sin tepidiores ſint humida & frigida. Quod ſi iuſto calidiores reddantur, calida quidem, ſed non perinde humida. Quippe horrere corpora, contrahique exiles eorum meatus cogunt, ita vt neque madeſcere ab extrinſecus accedente humore poſſint, nec excrementi quod intus latet, quicquã emittere, ac paulo poſt: Balneum ſi probe adhibeas, ipſum quoque apotherapiæ pars fit. Nam duras tenſaſque partes emollit, excrementum, liquamentumque, ſi quod intus ad cutem hæret, euocat. Qui corpore conſtant carnoſiore, aut collectorum humorum multum circũferunt noxam potius cõtraxerint intempeſtiuo horum vſu. Quibus tamen ipſis ſi euacuentur prius, iam impertiri hac iuuamentum ſuum queãt, vtpote quæ meatus irrigent, atque expediant, ſatiſque per halitum digerant. Sed quemadmodũ in aliis rebus moderatus vſus immoderato anteferendus videtur: ita ſe quoque habet balneorum ratio, quippe haud quaquam præpropere iis vti oportet: potiſſimum ſi ex continua cruditate qui lauatur humores coacervauerit, aut paulo ante cibis ſe expleuerit. Siquidem cibi nondum concocti, humoreſq. crudi accumulati, caloris ad cutem impetu, vna & ipſi properãt: quo fit, vt inde in poſterum, quod craſſiores facile ſimul egredi nequeant, obſtructiones ſuccedant. Ad hæc in vehementioribus frigoribus, & anni tempore æſtiuo, æque ſunt fugienda, nam hieme, diſſoluti qui antea quieſcebant humores, dum inter digerendum a contrario anni temporis impetu, in incautos validius irruit inuaditq. frigus, in neceſſariam aliquam partem impelluntur ac morbum ibi creantes, grauiter hominem offendunt. Æſtate vero media cũ iam

ardor

3. de Tuẽdo ſanitat. ca. 3.

Quando noceant balnea.

ardor viget & calor ad externa propenſius fertur: bal nei vſus, reliquum quod eſt caloris diſſipat, ac internas ita facultates debiliores efficit. Quod ſi locus ætasque hominis conſenſerint: multo iam impenſius ſunt vitanda. Siquidem conuenientem opportunumque balneorum vſum maxime auxiliari eſt perſuaſum: (Nihil enim æque concoquit, aut malos ſuccos diſcutit, vt ſomnus a balneo:) at contra obeſſe, prout alieno tempore, cunque minime conuenit, vti contigerit. Porro de frigidis lauacris, hoc eſt ſermoni annectendum, ea inſuetis, ceu plus lædentia quam iuuantia, eſſe fugienda: præcipue ſi occaſio magni æſtus & fortis iuuentutis ætas non ſuaſerit, ſed is qui vti volet, gracilis & ſubfrigidus fuerit: namque in eiuſmodi, frigus promtius ad profundiora penetrat, ac ſuccos quodammodo cogit, neruoſque ad motionem ineptiores reddit, vt taceam, quod interdũ in affectus his deteriores, qui timere frigida ſe abluũt, incidant: atque inter cæteras optimum corpus quoad augeſcit, frigida lauandum non eſt, ne eius incrementum moretur. Vbi vero abunde eſt auctum, tum frigidæ quoque eſt aſſuefaciendum, vt quę & illud roboret, & cutem duram atque denſam efficiat. Tempus autem ad id percommodum, eſt æſtatis initium, vt ante hiemem, toto interpoſito tempore conſuetudo minime ſpernenda inducatur, incipiat autem in die calidiſſima, & loco æque calido.

Balneum frigidũ.

Frigida lotio quibus & quando cõueniat.

NVnc de cibo & potu agendum eſt. Principio illud obſeruaſſe contulerit, vt ſimpliciore cibo veſcaris. Simplex etenim cibus vtiliſſimus eſt, peſtifera autem varia diuerſaque ciborum genera. Vnde veteres qui perdiu ſani vixerunt, teſte Galeno & Auicen. vnis epulis carnes, alteris panem ſolum comedebant. Nolim tamẽ vni cibo te, præſertim ſi iunior ſis, aſſueſcere: quoniam Galen. illum Hippoc. Aphoriſmum explicans, Quæ ex longo tempore conſueta

Cibus

2. ſect. aph. 5.

ſunt, & ſi deteriora ſunt, inſuetis minus moleſtare ſolent: oportet igitur ad inſueta permutari: ait, non debere nos vni rei addicere, ne ab eo more diſcedẽtes, labamur in morbos. Et Cornelius Celſus ſanos vti victu populari debere conſulit. Nimiam tamen ciborum varietatem fugere profecto rectius & ſalubrius eſt: quia plurimum laborat ſtomachus ſeu vẽtriculus dum variæ naturæ cibaria concoquenda occurrunt. Humida vero ſiccis, & frigida calidis, & frigidis calida, tum acribus dulcia miſcere conceſſum eſt. Cæterum qui cibi in omnis exceſſus mediocritate conſiſtunt, ii omnium commendatiſſimi ſunt. Eius generis panes optimi habentur: præterea gallinarum gallinaceorumque carnes nec non phaſianorum, perdicum, attagenarum, columbarum iuuenum, merularum, turdorum, turturumque, & ſimilium paſſerculorum. Piſces item ſaxatiles, pelagici, littorales, gobii, murænæ, percæ, & ſimpliciter omnes, qui neque inſuaue, neque mali odoris, neq, glutinoſum quicquam guſtu repræſentant: de quibus infra particulatim ſcribemus. Dandi tamen cibi pro corporum diuerſitate ſunt: quibus enim ſanguis eſt admodum melancholicus, humidi calidique cibi ſunt dandi: quibus vero bilioſior, frigidi & humidi, verum vbi pituitoſus exſiſtit, cibis tũc opus eſt qui calefaciendi ſiccandique vires obtineant. Sanguis porro fit optimus, a modica exercitatione, & cibis tum boni ſucci, tum iuſto tempore modoque aſſumtis: præterea potione tempeſtiua, modiceque aſſumta. Nihil autem in cibariis omnibus ad boni ſucci generationem tam pertinet, quam ſi probe in ventriculo concoquantur: hæc ſiquidem & ſecundam, quæ in iecore & venis fit; & tertiam, quæ in particulis quæ nutriuntur, perficitur, facilius concoctionem admittunt. Seruandus itaque eſt in ſumendis cibis ordo conueniens, vt ſtiptico & duro lubricus &

Varietas ciborum fugienda

Cibi qui commendentur.

Cibi vt variãdi.

Sãguis vt fiat optimus.

us & humidus anteponatur: tum qui facilioris est coctionis ante eum sumatur qui tarde concoqui solet: vt oua sorbilia ante carnes, anteque panem & alia id genus sumenda sunt. Similiter qui suapte natura facile corrumpitur, vt lac, pariter humidiores fructus, de quibus in sequentibus disseruimus. Nam cum cibus facilis concoctionis post eum sumitur qui tarde concoquitur, ad intestina transire nequit, sed a prius sumto detinetur. quamobrem diutius quam par sit concoctus cibus ventriculo immoratur, & corruptioni aptissimus est: quæ res bonæ valetudini maximum affert incommodum. Sunt tamen quædam ciborum genera paruum inter se discrimen coctionis habentia, quemadmodum gallinæ & lactentis vituli, tum pulli gallinacei & hœdi, nec non vituli maioris natu & iuuenci carnes. & hunc nihil impedit, si quæ duriuscula sunt ad concoquendum, ante alia sumantur, quæ paulo leuiora, proxima tamen illis sunt Hæc (vt arbitror) fuit Galeni sententia: nec sine ratione, quoniam grauiores ad concoquendum cibi potentiore vi indigent vt concoquantur. confessum autem ab omnibus est inferiorem ventriculi partem superiore & media in concoquendi munere potentiorem esse. Itaque difficilioris coctionis cibi ante eos sumendi sunt qui tantum ab illis distant in facilitate concoquendi, quantum potentia imæ partis ventriculi in coquendo a prima distat & media: quod discrimen iudicio periti medici committendum est. Primum igitur iuuenci carnes ante vituli maioris: hœdi lactentis & vituli minoris, post vituli maioris carnes comedi: columbacei vero pulli, nec non gallinę & capi ante perdices & pullos gallinaceos recte edi possunt, nec timor est eas corrumpi in ventriculo, tum quia non facile corruptibiles sunt, tum quod eadem fere inter cibos in facilitate & difficultate coctionis,

Ordo ciborũ seruandus.

Quæ cibaria simul sumi queant.

quæ inter superiorem & imam ventriculi partem, ad concoquendum proportio esse videatur. quapropter eodem tempore coqui possunt in ventriculo, quia grauioris concoctionis cibi ad inferiorem potentioremque partem, leuioris ad imbecilliorem missi sunt. Illud præterea monendum est, ne crudiores cibi edantur, sed omnia diligenti artificio & coctione parentur. Cauendum tamen ne cupediis aut lautioribus condimentis illiciatur ventriculus ad nimium cibum: quippe cibus sua copia onerans, etiamsi boni fuerit succi, cruditatem alui, profluuium, & vomitum generare solet. Parcior vero quam necessitas exigit, caussa est, cur corpus non alatur, & imbecillum fiat, nec amplius cum pristina facilitate solita obeat munera, quod corpus inane reddatur, neque spiritui sufficiens alimentum suppeditet. Quippe vt largior nutritio nocet, sic abstinentia omnimoda, nauseam inducit, ventriculum lædit, resoluit vires, ac prauum succum accumulat. Et quemadmodum praua victus ratio segniores nos, ac mente retusa: eodem sane modo, quæ accommoda sit, perspicaciores atq. ad intelligendũ aptiores facit. Sed in vniuersum hęc notata sint. Nunc sigillatim cibi & potus genera tractanda sunt ac primo panis occurrit a pascendo (vt inquit Nonius) dictus. Vescendũ pane triticeo est ab extraneis rebus purgato, locoq. salubri collecto, qui conuenienti fermento confectus, modicoq. sale cõditus, tum bene agitatus manib. beneque decoctus, nec tamẽ exustus sit, eodem vero quo factus est die, posteaquam calorem ab igne conquisitum amiserit, Auenzoar comedendũ pręcipit, quod in sanitate conseruanda plurimum posse putat: supra vero diem vnam comedi vetat, quoniam suã temperatã complexionẽ amiserit & quanto magis induratur, tanto grauioris concoctionis efficitur. Auicenna tamen debere per noctem vnam panẽ manere antequam

Cruda nõ edenda.

Non nimis irritãdus appetitus.

Parcioris cibi incõmoda.

Extrema etiã vitanda.

Panis.

quam

quam edatur, opinatus est: quamdiu vero calidus est, uitandum putat: quoniam a natura (vt Auicenna ait) receptibilis nõ est, tũ sitim sua caliditate facit, ac propter vaporosam humiditatem natat in ventriculo, tardeque descendit: quinetiam calorem extraneum immittit ventriculo, eique dominatur & officit. vitandus igitur calidus est, & qui duos dies æstate, hieme vero tres attigerit. Neque oportet nos in purgãdis seminibus, quæ ad esum comparantur esse negligentes: persuasos, etiam si noxam quæ quotidie fit, ob exiguitatem sensu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipsa aceruatur, (vt in multis rebus aliis fit) tandem erupturum. Posteaquam de pane egimus, quem Homerus medullam hominũ vocitat, ac sacræ literæ cor hominis confirmare dicunt: nunc de vino, quod ab eodem robur hominum dicitur, ab hisdem vero cor lætificare, agendum est.

Semina ante molitionem purganda.

Vinum.

EQuidem in vino sita vis maxima est, variosque & magnos effectus e vini potu nascentes, cum ab Aristot. & Galeno, tum a posterioribus medicis annotatos cernimus inter quos præcipuus cum breuitate ac postremo fuit clarissimus ac diligentissimus And. Matthiolus Senensis medicus: cuius nulla verba refero, ne commẽtarium ex commentariis frustra faciam, meque alienis plumis ornem, præsertim cum eius libri omnibus & vbique fere sint expositi. Nam (vt succincte rem expediam) Vinum quod bonum est si moderate sumitur, copiosum & substantiæ mediocris, tum vehementis luminis & splendoris generat spiritum: ideoque & confortat ipsum, & animum recreat: quapropter non immerito maximam lætificandi & conseruandi vim obtinet. Immoderate vero sumtum (vt hoc tempore a plurimis vbiq; fit) maxime noxium & plurium morborum caussa est: etenim cerebrum sensusq; omnes & neruos aperte

Com. Diosc. lib. 5. cap 7.

Moderati vini vtilitas.

Immoderati nocumenta.

lædit totumque corpus nimia humectatione confi-cit, idcirco & temperate bibendum, & e meliori genere ac loco diligendum est: quod vt assequaris, nõnulla vini genera (neque enim omnia possum, nec ratio compendii patitur,) quæ meliora habentur & sunt, perstringamus. Vinum præ cæteris eligendum illud est, quod nec vetus nimium, nec recens admodum, sed inter nouum & vetus medium est, tum bene purgatum & clarum, quodque ad colorem vergat rubeum, seu ad citrium, tum bono sapore, nec non suaui odore præditum sit: tali inquam sapore præditum sit qualem gustus nec acrem valde nec dulcem percipiat, res namque acres & ponticæ, pariter & dulces, obstruunt facile: illæ quoniam constipant, hæ vero quia inconcoctæ, & præcipue vinũ, ad membra & venas transeunt. Vt putarit Auerrois (licet in re medica non multæ sit auctoritatis) statim atque bibitum est vinum ab hepate inconcoctum trahi. Vinum præterea album, subtile, æstiuo præsertim tempore, cum medicinæ proceribus laudo, hoc namque est, quod Galenus medicorum princeps verusque & legalis experimentator (vt etiam Auerroes ait) in multis Italiæ locis se inuenisse testatur: in quo nec asperitas, nec ponticitas, nec stipticitas, nec amaritudo, nec dulcedo inuenitur: nec ab eo flatus generatur, solumque hoc vinum absque nocumentis inuenitur, quæ cętera vini genera & aquæ potũ, sequi assolent quamobrem vinum hoc ætati validæ vel consistenti, & temperaturæ calidæ æstiuo præsertim tempore, cum propter alia, tum etiam quod capitis dolorem non efficit, sed potius eum tollit qui ex stomachi ardore prouenit, conueniet huic germanum est vinum quod a priscis ablutum dicitur, & in Italia præsertim, in Gallia Cisalpina seu Lombardia, vinum Auicennæ vulgo nominatur. Fit autem fere in hunc modum: tres musti partes, aquę vna, simul

Vini electio.

Vini albi vsus.

3. Re. 10.

Vinũ ablutum, seu Auicennæ.

mul coquuntur donec quarta pars minuitur: alii vui° calcatis aquam proportionatam iuxta vini potentiã addunt, ac post aliquot dies in vasa reponunt. Frigidiore vero anni tempore, aut temperatura vel ætate debilioribus, rubeum vel citrinum, ni aliud vetet, eligendum est. Quod si fumosum valde exstiterit, commixtione aquę temperandum est, ne caput aggrauet & sitim pariat, nec tamẽ dilutius admodum sit, quoniam ventriculum debilitat, & ventositates in eo generat; mediocriter vero dilutum, quod temperatum appellatur, Galenus laudat: quoniam humores temperat, calorem naturalem excitat, & sine læsione membra penetrat; profecto vnum quodque ex his vini generibus præsertim homini consueto, cõferre solet: Nam virtutem roborat, tum vtramq. bilem, vrinã ciendo, expellit, & humiditates, maturat, subindeq. materias a superioribus ad inferiora inclinat. vnde caput alleuiat, nisi debile admodũ sit. Cęterum in ipsorum vinorum exhibitione, non minus regionum temporum, exercitiorumq quam affectuum & temperaturarum hominum, ratio est habenda, sicut moderata conseruemus similibus immoderata corrigamus contrariis. Temperaturis igitur (vt nuper innui) frigidioribus & siccis, rutilum dulceq. vinum, vtpote calidum, accommodatum est. Contrarium vero, temperamentis atque dispositionib. calidis. Vitãda insuper quæ nimis vetusta sunt, nimisve recentia. Nam illa præter modum, hæc nullatenus, quamdiu recentia fuerint, calefaciunt: quæ tantum abest vt aliquem vsum cibis concoquendis afferant, vt etiam ipsamet conficiantur ægerrime. Superuacaneum autem esse puto monere, ne vinum ieiunus quis bibat, quia modestis viris scribo, nõ ebriosis. plurima etenim impedimẽta & pituitosos morbos huiuscemodi potus adferre solet: inter quos maxime, verendus est qui apoplexia dicitur. Post epulas item

Vini temperandi modus.

Vinũ variandum.

Vina qua vitãda.

Ieiuno stomacho nõ bibendũ.

A cibo nõ bibendũ.

plurimum bibere noxium est, propterea quod cibum inconcoctũ penetrare faciat. Numquam enim quando in ventriculo concoquitur cibus, licet multum bibere. Posteaquam vero e ventriculo egressus & bene concoctus est, ad abluendum ventriculum & penetrare cibum in venas faciendum, largiorem potum Auicenna concedit; ante vero abstinendum esse, nisi forte maxima vexet sitis, præcipit. Ad extinctionem vero sitis, si fortior sit, parum bibere, vel æstate frigida potius os frigido colluere, satis fuerit. Granata item medii saporis præsto fuerint, quæ etiã posũt quãdo ex vini potu mordicatio accidit. Super cibum præterea ex quo prauus humor gignitur, quale est fungorum genus, bibere Auicenna prohibet; similiter super tales fructus quales sunt melones, chrysomela, & id genus alia; quoniam vinum huiuscemodi fructus ad venas transire facit, vnde hoc modo miscentur sanguini, & corruptionis eius causa sunt. Huius tamen contrarium nostræ ætatis homines faciunt, qui vinum & quidem optimum (remedium, vt ipsi aiunt, fructum) cum hisce fructibus libenter hauriunt, & aliquando medicos socios & applausores habent. Satius autem foret si ventriculo subuenire velis, ne ex frigiditate & humiditate illorum fructuum lædatur, id fiat sumendo anisum, aut cinnamomum, aut gingyber, aut mel, vel alia id genus. Accessorii loco, vel veluti parergon narrationi de vino addam hæc paucula. Contingit aliquando (vt iam in summo est rerum multarum impostura) vinum melle misceri, vt suauis ac dulce appareat; si igitur ita adulteratum sit, illico dignoscitur, super candens ferrnm conspersis guttulis paucis; resoluto enim vino, vtpote tenuiori, mel residet, quod sit substantiæ crassioris. Si suspicio est ne vinum aqua dilutum sit, pirum in vino impositum indica-

Sitis quomodo extinguatur.

Super quos fructus non bibendũ.

Vinum mellitũ, aut dilutum, noscere.

ndicabit; nam si supernatauerit, merum est vinum; si fundum petat, mixtum aqua est, possem alia huius farinæ adducere, nisi hæc nunc satis fore crederem. Sed de hora comedendi iam dictorum ac similium fructuum genus, in sequentibus disseremus, quando de bene nutrientibus cibis egerimus. Namque post panem & vinum duo maxima ac præcipua vitæ præsidia carnes accedunt. Etenim (vt Auicennæ verbis vtar) Caro est cibus confortans corpus, & magis propinquæ conuersionis in sanguinem, præsertim si de laudabili quadrupedum aut volucrum sit. Eligunt pro sanitate tuenda sapientes nostri ex quadrupedibus, carnes hœdorum & vitulorum lactentium; quæ eo præstabiliores sunt, quo & lacte optimo & bonis pascuis nutriti sunt. Animalium enim quæ sanam complexionem nacta sunt, carnes iuniorum grandioribus natu meliores habentur; vt in hœdis, vitulo, & similibus; contra in humidam temperaturam labentibus, minores natu fugiendæ sunt. Vnde Auicenna dicit, agnos annum decet attigisse. Maximam autem in hoc vim habet regio, vnde in Orientali & Meridionali plaga, agninas & ouinas carnes edere concessit Auicenna, quas ego in regione nostra humidiore, & in humidis corporibus non satis probo. Rarius itaque & æstate potius & Autumno, quo tempore siccitas viget, agninis carnibus vescendum est. Quod si hieme & primo vere interdum eis vesci contigerit, assatas potius quam elixatas edere, certe præstiterit. Non vetarim tauri iuuenis bene nutriti beneque exercitati carnes hiemali tempore ac vernali edere. Tunc enim ventres calidissimi sunt natura, & somni longissimi, vt ait Hippocrates, quare cibum grauiorem, ad concoquendam melius ferunt; æstate vero & autumno leuioris coctionis cibi

Carnis vis.

Carnium electio.

Temporum distinctio in esu carnis.

edendi sunt: quoniam præ calore aeris imbecillior est calor innatus. Crassiores vero & ficciores ac duriores carnes, quales vaccinæ sunt, & aliæ id genus, reprobo: quoniam præter alia incommoda, quę propter diuritiem & concoquendi difficultatem faciũt, illud maximum est, quod mentem e suo statu dimouent. Domestici vero porci carnes, plurimum quidem alimenti afferre gustumq. oblectare nouimus, sed humidæ nimis (præsertim si iuniores) & ad conquendum graues sunt; quamobrem iis qui laboriosas exercent artes, fortemque habentibus ventriculum, relinquendæ sunt: mediæ tamen ætatis vt a sex mensibus ad annum, semota pinguedine multa, his qui restauratione multa indigent, nec imbecilli sunt ventriculo, summopere laudarem: cum nullæ carnes (Galeno etiam teste) nutriant melius ac magis. Syluestres autem porci laudantur, quoniam exercitatione & pabulo ficciore minus humidi ac fere temperati redduntur. Leporis vero carnes hieme potius & primo vere, suam ob siccitatem, raro tamẽ, edendæ sunt: quoniam melancholicum humorem generant. Cerebrum tamen cerebro præsertim nimis humido, & corpori quod mollitie laborat, plurimum conferre solet. Pennatorum vero genera cum plura se nobis offerant, nos gallinas & capos hieme ac primo vere, pullos autem gallinaceos æstate & autumno edendos censemus, quia humores bonos generant & malos temperant: quo tempore coturnices, quin etiam gallos syluestres qui Phasiani vocantur, & Perdices iuuenes edere optimum est, quoniam concoctionis, optimi nutrimenti, & paucarum superfluitatum sunt: tum etiam quia ventriculo conferunt, & os eius astringunt. iuuenes dixi, quoniam temperatiores sunt, quemadmodum & alia multa laudabilium auium genera: nam frigidę & siccæ temperaturæ dicuntur. Auicenna Coturnices

Vaccina · *Porcina,* · *Gale. de Euch. & Cacoch.* · *Lepus.* · *Aues & Altilia.* · *Phasiani.* · *Perdices.* · *Coturnices*

non

non edendas putat, quod ex earum comeſtione timeatur ſpaſmus & tetanus, non ſolum quia ellebόrum comedant, & eo nutriantur, ſed etiam quoniam in earum carne hæc ſita vis eſt. Sed vtinam ſæpe illas haberem: neque enim eos morbos timerē incurrere. Sciendum vero antiquorum Coturnices eſſe, qualeas noſtras, noſtræ autem Coturnices ſunt nemorum aues roſtro ac pedibus rubeis. Cæterum harum differētiam & hiſtoriam abunde deſcripſit Al. Mundella Epiſtola 6. Paſſeres quoniam calidi nimium & ſicci ſunt, ſpreuiſſe, ac ſenibus vxores iuuenculas habentibus reliquiſſe, contulerit. Turdos ſecunda autumni parte hyemeque concedimus, nimiam tamen eorum pinguedinem vitandam ac ganeonibus relinquendam ducimus. Vituperabiles autem ſunt quas Latini a ſono vocis Querquerulas, vulgares autem Qualeas vocant: quoniam pauci exercitii ſunt, tum calidiores & pinguiores turdis ſunt: quæ tamen Italis præſertim Mediolanenſibus quo pinguiores ſunt magis arrident. Columbi autem domeſtici ad cōcoquendum grauiuſculi ſunt, præcipue pulli qui nondum volare incipiunt, quoniam ſuperfluum humorem obtinent. Volantes autem pulli melioris humoris & leuioris concoctionis habentur. Sunt autem ſylueſtres, quia exercitatiores, domeſticis leuiores. Auicenna tempore æſtiuo, propter humiditatem (vt puto) eos edendos putat: alibi ſuccū acerbæ vuæ quę agreſta dicitur, & coriandrum ad remouendum eorum calorem, adhibet, contra ego potius autumno qui frigidus & ſiccus eſt, tum hieme, ac primo vere borealibuſque temporibus, edendos arbitror, quorum etiam humor, aſſatione, quadam ex parte tollitur. Turtures autē meliores ſunt, quoniam minorem humiditatem ſortitæ ſunt, quinimo putant multi ſiccæ complexionis eas eſſe: nec vero nimium calidæ ſunt, mirabilemque proprieta

Paſſeres. *Turdi.* *Qualeæ.* *Colūbini pulli.* *Turtures* *Auerr. c...ed.*

tem confortandi cerebri & ingenii acuendi habent: quamobrem secunda autumni parte hiemeq. tuto edi possunt Magnarum vero & aquaticarum auium carnes vitandas ducimus, quoniam prauos & atros humores generant. Anatis autem siue terrenæ siue aquatilis carnes, plurimi alimenti sunt, sed grauioris concoctionis. Quamobrem athletis & laboriosas artes agentibus, non delicatis & imbecillis corporibus, dandæ sunt: quamuis earum hepata non respuimus, quoniam bona & suauia sunt, bonumque succum generent; quemadmodum & pinguium gallinarum & pullorum hepata ab omnibus laudantur, quod multi & boni sint nutrimenti, paucasque in corpore superfluitates relinquant. Testiculi vero, præsertim gallorum, omnibus corporis partibus meliores esse dicuntur. Caro item alarum optimi est alimenti, quoniam exercitatior & concoctibilior est, pauciores, ob frequentem motionem, superfluitates obtinent. Caro itẽ circa ossa exsistens, suauior & concoctibilior est: similiter quæ in dextra parte. Laxa autem caro, vt mammillæ & radicis linguæ, gustui quidem grata, sed tarde concoquitur: concoctæ vero alimentum interdum quidem phlegmaticũ, secũdum plurimum vero bonum est. Medullas & cerebella ventriculo infensas esse Auicenna monuit: quamquam cerebro humano conferre gallinæ cerebrum, & fluxui sanguinis narium, quod ex velaminibus cerebri accidit, assatum præsertim conferre, nonnulli putant. Pinguis item caro in flauam bilem & vapores malos facile vertitur. Vnde pinguedo & adeps pauci & mali nutrimenti materia sunt, cibumque in ventre subleuant. Recte igitur Auicenna, pauculam aliis carnibus miscendam concedit, secundum mensuram quæ delectet. Probantur porro vnumquodque etiam a genere carnis: quanto namque animalium caro ab albedine degenerat, tanto minus

Aquaticæ aues. *Anates.* *Hepata.* *Testiculi.* *Alæ.* *Caro circa ossa.* *Partium carnis electio.* *Medullæ Cerebella.* *Pinguis.* *Carnis genera.*

minus boni ſucci eſt: Communi vero omnium ratione, ex his quæ ſpeciei eiuſdem ſunt, quæ tenera adhuc ætate ſunt, alimentum præbent humidius: ætate autem conſiſtentia, calidius ſicciuſque, vtriuſq. deteriora, quæ iam conſenuere, quod humorem adaugeant atrabilarium & excrementitium: idque quo maiore corporis mole conſtiterint, fuerintque exercitatiora. Agreſtia quoque domeſticis calidiora ſiccioraque ſunt. Quæ tamen ſi congruo omnia vſu exhibeantur, pro conuenienti nimirum tẽperamenti ratione, nihil incommodare exiſtimentur. Salitæ vero quamuis ante acceptum ſalem fuerint humidæ, vim tamen exſiccandi & calefaciendi vehemẽtem adeptæ ſunt, paruique alimenti euaſerunt: ac in vniuerſum ſalſamẽtum omne putreſcentem corruptumque ſanguinem ac melancholicum generat, & nocet hepati. Quamobrem rarius humidioreque tempore, hiemali ſcilicet, edendæ ſunt, illud præterea Auicennæ notare non piget, nigri animalis carnes, ſimiliter maſculi, ſuauiores & leuiores eſſe. Auenzoaris quoque magni experientia viri ſententiam hoc loco citare (vtpote ſalubrẽ) volui: is enim ſubito, aut certe non multo poſt atque interfectum animal eſt, carnes edendas eſſe arbitratur. Quod ſi duriores ſint, quales anatis ſylueſtris & veteris turturis, poſt necem per duodecim horas hieme, per ſeptem vero æſtate, coquendas, exindeque edendas autumat: nec contrariatur Galeno: quam ego ſententiam & laudo & probo: Alterantur enim ab aere, & ad putredinem parantur, quando occiſæ manent; humido potiſſimum & calido in aere. id apertiſſimũ in piſcibus eſt, qui meliores procul dubio ſunt quum ſimulatque exemti de aqua ſunt, decoctos edimus: quamuis ob aqueum humidum citius putreſcere piſces non ignorem. Quamobrem recte fuerit ſi aliquo ſalubri artificio carnes coctiles reddantur.

Salita care.

Color.

Sexus.

Carnes non diu mortua edenda, Galenus de Attẽ. vic. ratione.

quo citius atque fieri poteſt. Poſt necem coqui & comedi valeant. Meliores autem calidæ hieme præſertim & autumno, quam frigidæ ſunt: præter hœdinas, quas Auicenna meliores eſſe frigidas, quoniam earum quieſcit vapor, quam calidas, arbitratur: agninas vero calidas potius; quamquam vniuerſalē tradidit regulam, vt alimentum ac potus, dum hieme ſumuntur, ſint actu calida, æſtate vero frigida; ſed neutrum ad rem perueniat, quæ tolerari non poſſit. Artificium vero tale ſit, dum pinguiuſculæ carnes & teneræ valdeque humidæ ſunt, aſſari, hieme præſertim & vere, expediet, reliquas vero elixari, æſtate præſertim & autumno, conueniet: quoniam & leuioris concoctionis ſunt, & ſiccitati quæ viget per id tempus, obſiſtunt. Aſſatarum item carnium interiores potius, quoniam meliores humiditates intus collectæ ſunt, quam exteriores partes, edendas putamus. Ligno Iuniperi veru factum carnes omnes, quæ in eo torrentur, odore efficit iucundo. Caro aſſata omnis tunc optima eſt atque tollenda, cum optime olet: Saporis enim indicium eſt odor. Hactenus de carnibus. Nunc reliqua alimenti genera percenſeamus: inter quæ meliora eſſe oua gallinæ, perdicis, & phaſianæ cognoſcimus; atque ſemidecocta, ita vt ſorbilia ſint, Dioſcorides laudat: quoniam & facilis concoctionis & optimi ſanguinis materia ſint: tum inter cordiales cibos Auicenna enumerat, vitellum complexionis temperatæ conſtituens: quamuis in Canone 2. vitellum ad caliditatem, albumen vero ad frigiditatem vergere, totum vero temperatum eſſe tradiderit. Serapio autem plus frigidum quam calidum eſſe arbitratur, nec iniuria: plus enim frigidum albumen eſt, quam vitellus calidus ſit: quippe qui temperatus, aut prope temperamentum eſſe credatur. Sunt autem ante alios cibos ſumenda, quoniam & velociter concoquuntur, & ocius deſcendunt e ventri-

Calida an frigida ſint edenda.

Regula.

Carnes coquendi varietas

Aſſatæ carnis cognitio.

Ouorum conſideratio.

ventriculo, & ocyssime (præsertim vino commixta) nutriunt: etenim omnes boni nutrimenti proprietates obtinent, quod velociter in sanguinem mutabilia sunt, minimumque superfluitatis relinquunt: postremo subtilē & clarum sanguinē, quo princeps membrorum alitur, generant: quippe qui subito ad ipsum cor pellitur, & in dissolutioue substantię spiritus & materiæ cordialis præsentissimum remedium est: quæ vero assata & dura efficiuntur ad concoctionem grauia, & in vapores fumosos conuertibilia sunt, ventremque inferiorem stipticum reddunt, quem sorbilia leniunt. De quibus hæc sunt Galeni verba in De Euchym. & a Cacochymia circa lib. principium. Cochleæ (inquit) crassi succi censentur: itemque oua, quæ vel elixa, vel tosta penitus sint densata. Frixa vero, mali succi, fumosæque in ventriculo cocturæ exsistunt, secum etiam corrumpentes admistos cibos. Mediocriter vero cocta quæ ideo appellantur tremula, ad coctionem, digestionem, nutritionem, bonique succi generationem, sicuti & quæ sorbilia dicimus, ad leniendas gutturis asperitates, idonea sunt. In lacte & ouis multa est copia pinguis humidi, in hoc quidem vt alimenti, in his vero vt seminis. Piscium oua longe minore tum calefaciendi, tum nutriendi facultate prædita sunt: quanto namque auium carnes piscium carnibus pręstant: tanto sane magis piscium oua superantur ab iis, quæ auium sunt. Lactis vsum in ætate consistente potius quam in Adolescentia Auicenna concedit; vnde cholericis ipsum conferre putat; phlegmaticis autem obesse, quamquam ait lac cum corporibus proportionem habere, quarum caussæ non comprehendūtur, nec bonum esse visceribus, & stomacho nocere, tum caliginem & tenebrositatem visus facere, dentib. obesse, neruis infensum esse, in venis mesaraicis obstructiones gignere, & corrumpi facile ac in acetosum verti, capitisque dolorem efficere. Vnde vt

Oua dura.

Cochleæ. Gal. sententia de ouis.

Piscium oua.

Lac.

hæc vitentur incommoda, iubet solum hauriri: cui, posteaquam sumtum est, quietem adhibet: postq. ipsum dormire, nec quippiam aliud edere donec descendat: tum vel maxime acetum vel acetosa post ipsum sumi prohibet. Consulo tamen ne in ventriculo coaguletur, vt secum sacchari parum, aut salis, mellisve sumatur. Sal corrigit lac & omnia cibaria: mel etiam comestum, lac corrigit. Porro lactis commoda sunt, ventris moderata deiectio, succi bonitas & nutritio, pascuis ipsis quoque animalium, quorum lacte sumus vsuri, non parum ad hæc conferentibus.

Lactis correctio

Lactis cōmoda.

Cum plura vero sint lactis genera, humanum certe melius ac præstantius est, quoniam corpori & præcipue cerebro iuuamentum affert quippe quod cerebrum augere creditum sit. Postea caprinum quod temperatum ponitur, minoremque butyri partem obtinuit; similiter camelinum & asininum, quod ob animalis naturam casei habet minimum, atq. ob id egregie purgat, & salutare est. Vaccinum autem & ouinum pinguius est; eo autem laudabilius est, quo meliori & temperatiori pabulo nutritur, animal cuius lac bibitur; quod etiam statim atque mulctum est, aut ipso ab vbere, sugi debet; alteratur enim ab aere facillime, & de bono malum redditur. Mirum autem videri possit, quid est, cur lac adolescentibus, non autem consistentibus vetatur, cū tamen infantibus a natura, vtpote conuenientissimum alimenti genus, tributum sit. Sed de hoc & aliis difficultatibus alibi quærendum: nunc regimen conseruandæ valetudinis, non disputationes, conseruabimus. Superior lactis pars, quę caput lactis a summitate nomē apud vulgares Italiæ accepit, vsui habenda non est, quoniā relaxat ventriculum, & in flauam bilem vnctuositate sua facile vertitur. Pinguedo illa dulcissima atque voluptariis iucundissima fit ex cocto lacte parum; nam relictum per noctem, pinguedinem colligit in

Lactis electio.

Lac quādo sit bibendum.

Lactis caput.

suprema

ſuprema parte. Butyrum pariter vnctuoſum admodum eſt; omnia vero vnctuoſa, & proprie butyrum (teſte Auicenna) oblædunt ventriculum. Vis namque ventriculi in partium vnione & quadam ſtipticitate conſiſtit, quam vnctuoſa impediunt, & ſæpenumero tolluntac deſtruunt. Butyrum tamen in ſe melius eſt, quod ex lacte fit vaccarum menſe Maio. Facile in bilem abit, habitudinem nactus calidiorem & humidam. Coloſtrum item vitandum ducimus, quoniam tardæ concoctionis, tardæque deſcenſionis eſt: tum craſſi humoris materia eſt, vnde lapidem generare creditur. Caſeus recens, auctore Dioſcoride, bonus eſt ventriculo: atque de hoc Auicenna dubitat. Ego per magnos calores primaque autumni parte & prima menſa edi abſq. nocumento poſſe, exiſtimo. Per frigora vero non recentem, ſed veterem (non tamen carioſum aut vetuſtate nimis durum) & moderate ſalitum, & ſecunda menſa edendum cenſeo; in hoc tamen, vt in cæteris omnibus, natura & vſus plurimum poteſt. Sunt enim qui caſeum abhorreant, vt alii vinum & ita de ſingulis. Auicēna huiuſcemodi proprietates indiuiduales extra rationem eſſe dixit; oporteteque vt experimentum rationem vincat. Aquam vero lactis via medicinæ potius quam cibi, Maio præſertim menſe matutinis horis, pauco permixto ſacchare, ad expurgandum ſanguinem & flauam atramq. bilem ſine moleſtia educendam, laudo: etenim lauat, & abſq. mordicatione humorem malum extrahit, tum nutrimētum (vt Auicennæ verbo vtar) rectificat, obſtructioneſque remouet: vt hac ratione impinguare Auicen. ſentiat. in ea vel roſæ recentes, vel ſena, vt fortius agat, portio conueniens & iuxta peccantem humorem infundi per noctem poteſt cum particula aniſi vel cinnamomi, ſed tunc concoctos eſſe humores ac præparatos præſtaret. Concocta enim medi-

Butyrũ. *Coloſtrũ.* *Caſeus.* *Serum.*

cari, mouereque non cruda, Hippoc. rationalis iubet. Vituperantur autem omnia quæ ex lacte, ouis & caseo, aut aliis etiam rebus composita sunt; quoniam & si pleraque facilis concoctionis, singulatim accepta sint; tamen commixta euadunt cōcoctionis grauioris, & ventriculo infensa sunt: etenim laborat in concoquēdis variæ naturæ cibariis, & propter longiorem moram in ventriculo, vaporibus petentibus caput fomentum præbent.

1. Aph. 22.

Tortavel Tartara

Pisces.

PIscium vero vsus vt plurimum pro sanitate seruanda fugiendus est; etenim pauci & praui sunt alimenti, multasque superfluitates relinquunt in corpore, & corrumpuntur facile. Vnde Auicenna post forte exercitium edi prohibet, quoniam corruptionem subeunt & humores corrumpunt: Et alibi (quæ fuit Galeni sententia) quod recentes generant phlegma & mollificant ventriculum, nec nisi valde calidis ventriculis concessi sunt: quoniam frigidi & humidi admodum sunt: Saliti vero calidi & sicci. quamobrem dum pituita redundat, salitis potius, tum hieme primoque vere: bili autem exuberante & per calores, humidis atque recentibus vescendum est; tamen abstinuisse tutius & salubrius est. Quam erudite Homerus ille homo doctissimus in omni facultate ac fere diuinus poeta facit Vlyssem piscari per maria, cum ei erranti omne viaticum defuisset; innuens dum absq. pisce traduci vita potest, pisces fluminibus ac pelago relinquendos esse. Sed cum non semper ouis nec carnibus vbiq. vel omni tempore, aut non omnibus vesci liceat, atque appetitus sæpe rationi dominetur, minus malos pisces commemorabo. Principio illud sciendum est, meliores pisces eos esse, qui nec magni valde, nec duram admodum & siccam carnem sortiti sunt, nec pinguedine multa (omnis enim pinguedo mala, piscium autem pessima) &

Pisces saliti.

Piscium electio.

ma) & tenaci quodam lentore oppleti, nec odore aut ſapore malo affecti ſunt; ſed gratum ſaporem guſtui & ſuauem afferant, quique non ſtatim dum ab aqua ſeparantur, fœtorem ſuſcipiunt. obſeruandum pręterea eſt, vt e genere molliori maiores ſumantur, e duriori vero minores; nam quod inter humida ſiccum reperitur, commoderatum cenſeri omnino debet: ſicuti quod inter ſicca humidum fuerit. Sit tamen magnitudinis & paruitatis menſura conueniẽs. Ad hæc omnibus eligibiliores, Galeno teſte, ſunt qui in altis degunt ſcopulis, vnde & nomen acceperunt: Petroſi enim a petris, & vulgo græcanico, petrito, nominantur; quo in genere ſunt pectines, qui a Venetis & vulgo (ni fallor) Scorpenæ nuncupantur. eſt autem genus piſcis ſaxatile, rubeum, ſpinas in dorſo habens noxias, vnde a piſcatoribus euelluntur. Nec ſine ratione cæteris anteponuntur; plurimi namque exercitii ſunt, aſſiduiſque ventorum & fluctuum agitationibus expoſiti, minimeque luto commixti ſunt; illi præterea laudantur, qui de mari ad fluuios ſunt delati, quorum curſui contraria eſt aqua; & quanto magis elongantur a mari, tanto meliores habentur & ſunt, iis accedunt qui in arenoſis degunt, tum qui in aquis dulcibus currentibus, in quibus neque lutum neque ſordes inueniuntur. Amplius qui laudabiles plantas & radices, eligibiliores ſunt iis, qui ſordes comedunt; quo in genere malo ſunt, qui a Latinis Mugiles, vulgo autem Cephali, quaſi capitones dixeris appellantur; quare vitanda ſunt, tametſi videantur ſaporis eſſe melioris. Itaque fugiendi ſunt piſces qui in lacunis, paludibus, quique in aquis ſtantibus occluſi degunt. His in vniuerſum admonitis, nunc breuiſſime piſcium genera meliora nominatim perſtringamus; quæ cum alimenti melioris, tum leuioris concoctionis eſſe putantur; qualis eſt Mœna quæ vulgo mænula dicitur, quæ ſucci melioris

Petroſi piſces.

Pectines.

Cephali.

Piſces meliores.

Mœna piſcis.

eſt quam Cobiones; & tunc melior cum vtero grauis eſt. Forma rotundior fœminæ, porrectior mari & latior qualis Aurata quæ Chryſophris a Græcis ideo appellatur, quod aureum ſupercilium gerat, vt in auratis ſenioribus cernitur. Oratã vulgo Venetiis vocant a colore auri, quod vulgo Orũ dicunt; multũ alimenti præbet, ideo difficulter cõficitur. Erithinus, itẽ ſeu Erithricius, Latinis rubellio vel rubellus, a Venetis arbor, a Romanis phragolinus dictus. qualis Perca marina ab Aetio percidis dicta. quę vero fluuiatilis eſt & piſcis perſecus a perca denominatur (cui fere ſimilis eſt) eſt & optimi ſaporis, & febricitantib aliquãdo etiam in proſtrato appetitu ex calore, concedendus. Sunt & Boces, quas Græci etiam in hodiernum diem & Veneti Boobas cognominant, aluo idoneæ, & bonæ concoctionis ſi elixentur; in prunis vero toſtæ dulciores & meliores; qualis etiam in Benaco lacu guſtui ſuauis Carpio; qualis ad hunc vſque diem bene Latino nomine vacans Truta; qualis Gobius ſeu Gobio, a Plinio Cobio dictus; ex cuius genere qui parui albique ſunt, molles, boni ſucci bonæque concoctionis ſunt: qui autem virides vel nigri, deterrimi ſunt. quales huic germani piſciculi, qui vulgo Marſiones appellantur. qualis a Græcis Labrax, Latine Lupus (non eſt Lucius aut Sturio vt quidam autumant) vulgo Venetiis Varolus dictus, quem ante multos annos illic non ſemel & magna cum delectatione comedi; eſt autem piſcis ſquammoſus, ſquammis minutis, candicantibus ſupina parte, ore immenſo ſine dentibus, interius tantum aſpero; a capite virga quædam nigra ex vtroque latere in caudam vſque protrahitur; præfertur ex candore mollitiaque carnis, qua fortaſſe molliorem non edi Qualis item qui vulgo a Venetis Barbon, Latine Mullus dicitur; Trigla a Græcis. Cicero in Paradoxis Barbatulos vocat Mullos, & Varro Barbaros. Celſus boni-ſucci

Aurata. — *Erithric° ſeu arbor piſcis,* — *Perca.* — *Perſecus.* — *Boces.* — *Booba.* — *Carpio.* — *Truta.* — *Gobio vel Cobio.* — *Marſiones.* — *Lupus.* — *Varolus.* — *Barbon.* — *Mullus.*

succi, atque medios inter teneros, durosque pisces Mullos esse testatur, idem Galenus fere asseuerante in tertio De alimentorum virtute aluum sistit, præcipue si prunis incoquatur: Sin in frixorio, grauis est & difficile concoquitur. Athenæus inquit, si Mullus piscis viuens suffocatus fuerit in vino, & vir biberit, non poterit agere rem veneream, vt Terpsides narrat: Mullorum frequenti cibo aciem oculorum hebetari monuit Dioscorides. Mulli recentis e capite cinerem contra omnia venena (præcipue ex animalium morsu) valere scripsit Plinius. Barbo autem vocatur a gemina barba, quam in inferiori labro habet: Squammis est pallentibus seu ad viredinem vergentibus, virgis quibusdam aureis parallelis, qui si viuus desquammetur, colorem sanguineum recipit. Anguillas vitasse, quod nimis humidæ ac viscosæ, contulerit; de quibus a paucis animaduersa quædam scribere non piget. Per vniuersæ Anguillæ spinam, filum transit nigrum, veluti venula (vt etiam cancri cauda) in quo eius venenum absconditur; quod antequam coquatur, extrahere conuenit, plus temporis requirit eius coctio quam reliquorum piscium. Tosta quam elixa nutrimento est commodior; vitiosis scilicet humoribus per ignem sublatis. Circa solstitium æstuale a medicis reiicitur; solidiores pinguioresque præferuntur & fœminæ præsertim, (hæ caput repandius habent) sed meo iudicio quocumque tempore ab his, quibus hoc regimen a me scribitur, damnandæ sunt; quoniam duræ concoctionis sunt, & humorem viscosum aggenerant; quamuis helluonum guttur leniant suauiter. hoc de Anguilla non præteribo, quod aliquando apud naturæ secretarium quendam legi, & multos ingenue docui licet (quod sciam) nemo hactenus expertus sit, nec mihi ob multa impedimenta & priuata incommoda facere licuit, vt nec multa alia quæ alias vellem & pos-

3 De Rust.

Contra Venerē.

Venen. lib. 32.

Anguilla.

Anguilla pars venenosa.

Vini odiũ inducentia. sem, illud tale est; (fides penes auctorem sit) si quis alicui velit vini odium inducere, viuentem Anguillã in tanta vini quantitate in aliquo patulo vase tegat, vt sponte suffocetur & pereat; qua ablata, propina liberaliter ex eo solo vino cui volueris nesciẽti, (nam si sciret non biberet, nisi fatuus esset) Illud idem fieri scribunt aliqui, si aqua e vite incisa manans, vino commixta alicui nescienti semel aut bis ad bibendum detur. Sed ad pisces redeamus. *Cancri.* Cancri etiam vt plurimum vitandi, quoniam caput lædunt; sub *Cõchylia.* cancris autem paruas squillas complectamur; conchyliorum item genera, vt ostrea, conchas, parce edenda putamus. *Pisces coquẽdi ratio.* Artificium vero coquendi tale sit quale piscium natura, tempus, & consuetudo postulat, sed humidiores & molliores, ac potissimum humido tempore, assandi potius, id est, absque liquore, aqueo solo igne coquendi sunt, oleo tamen & aceto ad condiendum vti licebit. Duriores vero pisces elixandos beneque coquendos censuerim; *Sturio.* quo in genere Sturio est ac spondylus ab Italis scinaglia dictus, a Germanis, ni fallor, *Mone:* subdura est *Spõdylus* carne, & laudatissimus piscis; illud etiam in vniuersum tacere nolo, cibos omnes frigidos aut humidos corrigi per bonum vinum, bonisque aromatibus, vt suis contrariis. *ciborum frigidorũ correctio.*

Salis natura. SED tempus est vt de his quæ ad condiendi vsum veniunt, ac primo de Sale, tum de compluscul is aliis, nonnulla perstringamus. Salem in omnibus fere ciborum generibus conuenientem esse, nemo ambigit, quoniam ea ipsa & concoctibiliora & gustui gratiora efficit; quin etiam abstergit atque resoluit, & siccandi virtute putredinem impedit, & stiptica vi confortat: tum facilem cibi descensionem, & superfluitatum expulsionem reddit, phlegma subtiliat, concoctionem si frigidus fuerit ventriculus, iuuat. Sed

sed eius moderatus sit vsus, quoniam suo acumine ventriculum lædit & viscera, tum nauseam ac vomitum facit, nimiumque conturbat, imo etiam aluum mouet si drachmæ pondere ieiuno mane sumatur. Sequitur oleum ad multa condienda opportunum; nec in percẽsendis oleorum generibus immorabor, cum breuitatem velim. Olea (vt Auicen. inquit) omnia relaxant ventriculum, præter oleum de nucibus, & pistaciis seu phisticis, atque oliuis; omnibus de pistaciis prę̃stat, sed necubi factum vidimus e nucibus vero factum pectori & linguæ obest. Quam obrem de oliuarum oleo tractandum est. Omphacinum, id est, de immaturis oliuis confectum oleum, vtpote sanis & præcipue calidis corporibus congruũ, Auicenn. laudat, nec sine caussa: etenim minus vnctuosum, minusque calidum est, stipticitatemque ventriculo opportunam obtinet. Quamobrem si antequam completam maturitatem assecutæ oliuæ sint, ex illis oleum fiat, quo per calores vescare certe contulerit: id namque commoda sine incommodis præstare, & nimiam in biliosis aut sanguineis, sanguinis tenuitatem & fluxibilitatem sistere poterit. Auerrois autẽ summis præconiis oliuæ maturæ oleũ quod dulce & nouum sit, celebrat, quod eius natura fere temperata sit, exiguum calorem sortita; tum conuenire homini secundum totam sui naturam atque substantiam, & impinguare hepar, eiusq. substantiam augere arbitratur: vnde in regione sua etiam carnes oleo condiri consueuisse, & multos pingues hoc pacto euasisse commemorat. Nos omphacinum æstate, hieme vere & autumno dulce edendum sentimus; quoniam illud frigidum, hoc vero parumper calidum sit. Amygdalinum dulce pectoris angustia laborantibus conuenit; fauces enim asperamque arteriam lenit, humoresque in thorace contentos proiectu faciles reddit: ex earum autem

Olea cõdimẽtaria.
E pistaciis.
E nucib.
Omphacinũ oleũ.
Oleũ maturum oliuarũ.
Oleũ amygdalinum.
Amygdalarũ cremor.

cremore elixato, sorbitiuncula paratur optima, quæ & alat, & dissecet, & renibus opituletur, & viscera, thoracemque expurget; non perinde tamen ventriculo accommoda sit. Mel & aqua eius ventriculo præsertim frigido & humido, quando calidum & siccum est, laudatur, ideo & pręcipue senibus conuenit, ac temperamento frigidis, & hiemis ac veris tempore; incommodum hoc biliosis; atque æstate summum, in aqua mellis conficienda spumam leui coctione auferre operæpretium est, quoniam si spuma eiecta non sit, inflare comprehensum est: Vim autem abstergendi & obstructiones aperiendi, ac humiditates resoluēdi, ac potissimum e profundo corpore educendi, putredinemque prohibendi habet. Sed de genere meliori eligendum est mel, quod veræ dulcedinis boniq. sit odoris ac coloris ad rubeum decliuis, non subtile, viscosum. Et melius est vernum, deinde æstiuum, hiemale vero malum: Acre vero mel pessimum est, adeo vt venenosum esse creditum sit. Saccharum vero frigidius melle & subtilius est. Calidum enim & humidum in fine primi gradus creditur, per artificium autem vlteriori scilicet coctione (qua albescit) minus calidum & magis siccum redditur, omnino leniendi & obstructiones aperiendi abstergendique vim non minorem melle obtinet, & est bonum ventriculo in quo flaua bilis non gignitur; facile enim in bilem vertitur: Phlegma item abstergit, quod in stomacho reperitur, & ventrem lenit; hoc igitur quolibet anni tempore, melle autem hieme & secunda autumni parte, vesci expedit. Acetum, melancholicis obesse, cholericis vero prodesse dicitur; vnde calido stomacho pariter & humido concessum est; appetitum excitat & concoctionem iuuat; sistit bilem, & materias ad interiora effundi prohibet; subtiliat, incidit, ita vt phlegmati aduersetur, pręsertim adiutum cinnamomo & passulis,

Mel. *Aqua mellis.* *Mellis electus.* *Saccharum.* *Acetum.*

ſulis, ita vt eius frigiditas & acredo nimia tollatur; quin etiam frigido ventriculo in hunc modum proderit, hoc artificio caſtigandum acetum ducimus, vt cum optimis paſſulis decoctũ ſit, deinde, ſi opus eſt, odore cinnamomi iuuetur; etenim cinnamomum præter calorem quẽ habet, quippe quod verſus tertium gradum eſſe caloris dicitur, ventriculo etiam & hepati plurimum confert; namque & obſtructiones aperit, & vtrumque confortat; ventriculi præterea humiditatem exſiccat, & putrefactionem fieri prohibet; omnem virtutem roborat & corruptam inſtaurat; tum caput, educendo humiditates, quæ in eo ſunt, mundat, quin etiam lenit & confert tuſſi ac pectori, extrahens quod in eo noxium eſt. Hæc de condimentis.

Cinnamomum.

NVnc de granis & herbaceis, ac id genus aliis quæ ad fercula opportuna ſunt, agamus. Oryza quod vulgo riſum dicitur, multi eſt alimenti ad caliditatem ſiccitatemque vergentis; hieme comedi poteſt: Oryza cum lacte apparata ſeu condita, bonum habitum & genitale ſemen auget. Panicum vero & Milium per humida tempora, ſiue calida ſiue frigida ſint, edi poſſunt. Autumnali vero tempore, quoniam frigidum & ſiccum eſt tempus. Far autem calidum & humidum, expedientius eſt. Quod ſi far ex hordeo ſit, æſtate potius edendum fuerit, quod hordeum frigidum ſit. Cum iure autem carnium, grana hæc coqui debent, aut in aqua, addito poſtmodum lacte amygdalarum dulcium; aut oleo ſint condita; potes deinde ſaccharum arbitratu tuo adiungere. Ex leguminum genere Cicer, ac præſertim ius in quo decoctum eſt, laudant. Sed media menſa, non initio nec fine edendum, Auicenna exiſtimat; alimentum corpori præſtat validius quidem, idq. modice purum, alioqui flatuoſum, & quod valentiorem ventriculum poſtulet. Iuſculum tamen ex hoc præter-

Oryza.

Panicum Milium. Far.

Grana dicta vt coquẽda.

Cicer.

Ciceris ius.

Lens. tur, quod abstergat, & vrinam cieat. Lentes vituperant, quia ventriculum lædunt, & obstruunt hepar. ad hæc melancholicum humorem generant, & visum obtenebrant; atq. inter legumina pessimum omnium est edulium, vnde crassus, terrestris & atrabilarius sanguis gignatur; ventrem sistit, bis terve aut pluries etiam feruefacta, abiectoque iure quando minime ad hunc modum paratam, aluum subducere magis affirmant; sane ab hac abstinendum censeo, vt nocentissima, & agrestibus accommoda magis. *Faba.* Fabæ vero grauiores ad concoquendum sunt, & ventositatem habent, quæ si vel trium dierum spatio decoquantur, ab inflatione tamen non liberantur. Vapores item prauos mittunt ad cerebrum, & propterea horribilia somnia faciunt; sanguinem generant crassum; relegantor igitur a te in victus ratione, licet abstergendi alioqui, atque enutriendi præditæ esse facultate videantur, quod si harum quandoque vsus tibi ingruat necessarius, præfertur ex his pulmentum, vt quod & abstergat magis, & flatulentiæ plurimum inter coquendum, remiserit, quod si semina præterea aliqua admisceas flatum discutienta, Græci ἄφυσα appellant, mellisque aliqu d ad hæc sic plurimum sane inde noxæ discusseris inter illa semina præcipua sunto carum, (vulgo carni) anisum, fœniculum, cuminum. *Phaselus* Deteriores his Phaseli sunt, vulgo Faleoli, qui calidi ac terrestres sunt, cerebrique spiritum conturbant, & praua inquietaque somnia faciunt, & vertiginem suis vaporibus pariũt. Satis iam de frumentaceis & leguminibus dictum; potes autem ex dictis etiam nõdum tractata dignoscere. In omnibus potiora censentur viridia, vt pote quæ leuem etiamnum humiditatem retineant; postquam enim hãc quoque temporis tractu amiserint, *Leguminum electio.* crassiora euadunt, terreaque magis. Ac quemadmodum arescentibus succosa præferuntur, sic crudis elixa,

elixa, & incoctis decocta. Post tractatum de leguminibus, de oleribus quoque ac radicibus dicamus, arboreisque fructibus, atque autumnalibus. Raparum genera, & si Democritus omnino cauenda putarit, tamen Galenus Dioclis sententia fretus, laudauit, quod atram bilem cõcoquant, & commode vrinam cieant; & teste Auenzoar, quem Auerrois sequitur, mirabilem vim illuminandi oculorum aciem habent. Et quamuis plurimo abundent humore, qui solet officere ventriculo, & materiam vento suggerere; castigari tamen humor hic potest si primo in aqua largiore sale condita coquantur, tum expressas & nimio illo humore liberatas, ac in iure carnium complete decoctas, & (si opus est) modico aniso aut cinnamomo conditas, edere non dubito; iis germanæ radices illæ sunt, quæ vulgo Carottæ dicuntur: quibus decoctis, in Acetariis hieme vesci iure liceat. Radicibus item Apii & Petroselini hoc pacto & tẽpore, ac potius in principio prandii vesci expediet in iure coctis, quoniam materias a superioribus ad inferiora, ciendo vrinam, trahunt. Vere autem & æstate cichorii, quod intubum vocant Latii, radicem pariter decoctam laudamus; nec minus folia dum tenella sunt. Radiculas infensas esse Galenus notauit, imo olerum omnium radices excrementitias esse dixit, & concoctu difficiles. Adsunt item Endiuia & Lactuca, quibus tempore feruido in Acetariis & in ferculis vescamur, si mentham eis aut etiam aliis frigidis rebus misceas, recte erit; quoniam mentha vim habet confortandi viscera, ac præcipue ventriculum, crassumque ac prolificum sperma efficit, nec non spermatis vasa roborat: vnde in profluuio spermatis, quia potenter exsiccat, maxime confert, cuius item succus cum aceto haustus sanguinem ab interioribus manantem sanat; tum laudabili odore affecta & infusa proprietate lætificat; frequens ta-

Rapa. *Carotta.* *Apii & Petroselini radices.* *Cichoriũ.* *Radicula.* *Endiuia.* *Lactuca.* *Mentha.*

Acetosa seu Oxalis. men vsus generationem seminis prohibet exsiccando. Herba item quæ a sapore acetosa dicitur, per id tempus edenda est, quod frigida in primo gradu sit, miramque vim confortandi obtinet; subtili namq; stipticitate (vt Auicennæ vtar verbo) prædita est.

Portulaca. Portulacam vero fugiendam ducimus, quod nimiũ frigida, quippe in tertio gradu, tum eius nutrimentum paruum & illaudabile est, & appetitum deiicit; quamquam bili resistit, & manantem sanguinem a pectore potissimum cohibet: Eius tamen frigiditas (si quando vesci cõtigerit) mentha aut fœniculo tẽperatur.

Borrago. Buglossa. Borragine vero (quod est verum Buglossum) & vulgari buglossa vere nec non æstate, quin etiam duobus aliis anni temporibus in acetariis siue ferculis audacter vesci poteris, temperatæ namque complexionis esse dicuntur, & sanguinem cordi amicum ac lætitiam generant.

Lupulus Lupulis eodem artificio, vno tempore quo reperiuntur, & prima mensa, vesci contulerit; quoniam inter medicinas hepatis temperatas & aperitiuas vrinamque cientes nominantur.

Asparagi. Maioris autem prouocationis esse asparagos nouimus, ac melioris succi, quibus pariter ante cibos alios vescendum est.

Beta. Siclam vero seu Betam, quam vulgo *Blitam* & *Mangold* vocant, in prima mensa pro ferculo, quod ex humore quem insitum habet, nitroso, aluum subducat, & hepatis atque splenis obstructiones aperiat, si alba sit laudamus; neque enim melancholicum humorem procreat, quod brassica facit. Nigram tamen Betam, quod fere atrum humorem generet, vituperamus.

Betæ radices. Betæ autem radices, subrubræ, rubræque valentius nutriunt, sanguinemque gignunt, longe quam folia, crassiorem; illud insuper obtinent, quod flatum pariunt: quum facile alioqui per aluum descendant; ideoque hæ quoque ad vsum aliquando adhibendæ.

Spinachia. Quas autem vulgo Spinachias dicunt, raro edendas censemus, quo-

quoniam superfluã humiditatẽ nactæ sunt; gutturi tamen & pulmoni conferunt, & ventrem leniunt; quapropter ante cibum edendæ sunt Brassicam vero frigido & humido tẽpore, vt calida & sicca, edi posse arbitror; quoniam abstergendi & lauandi vrinamque ciendi vim obtinet; ius tamen eius magis laudo; ferue facta hæc, nec abiecto humore emollit aluum; eandem adstringit quater, aut eo etiam plus proiecto liquore, atque ita deuorata. Atrabilarium humorem hæc plus iusto parit; substantia Brassicæ lædit os ventriculi, & visum obtenebrat; quapropter huius vsus, nisi vrgente penuria meliorum rerum, reiiciendus tibi. Et deterius illud genus, quod vulgares caputias vocant, Latine Brassica capitata; a Plinio lacuturris. Brassica omnis contra temulentiam pollere creditur, ob eam quæ inter vitem & Brassicam est, antipathiam; quando quidem obseruatum sit, vitem, ad cuius radices assita fuerit brassica, non paruo interuallo sponte sua refugere. ob id cũ alii, tum præcipue Germani frequenter mensis apponunt, vt vini (quod parcius bibere præstaret) noxam effugiãt. Pollent hac in re magis caules ad rubedinem vergentes. Vidi aliquem doctum ac philosophum conuiuio accumbentem, in quo strenue potandum erat, foliolum caulis crudi clam prægustasse ac comedisse; quæ res illi ex parte profuit: Vinum tamen vires suas in illo exercuit quoquo modo. Damnantur item, quæ e rapis, e quibus etiam orta sunt, raputia vocantur, quod grauia vt concoquantur & atri humoris materia sunt. Petroselino autem hieme largius vesci expediet, calidum enim est in tertio gradu; obstructiones aperit, vrinamque prouocat: Æstate vero cum frigidis vt cum succo acerbę vuæ, dum in iure coquitur, necnon cum cucurbita & cucumere, si vesci contigerit. Sed rarius hisce vescendum est; quoniam hic crudi humoris materia

Brassica

Caputia cõtra vinum.

Raputia

Petroselinon.

Cucumer Cucurbita.

est,& ad longas febres præparat;frigidique & humidi admodum est temperamenti,illa vero quod ventriculo & colo intestino infensa sit; & corporibus quibus phlegma,aut atra bilis frigida dominantur, infensissima sit. si cruda estur in medio est peponum ac cucumerum; decocta melior euadit; frigidæ humidæque temperaturæ alimentum præstat, huiusq. plurimum vsus,vt medicamenti constat, alias inutilis, & minimum alimenti exhibere putatur, humoremque gignere aquosum; præsertim cum frigidum nacta fuerit ventriculum; cum his etiam Cheræfolium herba misceri commode potest,quæ & ventriculo frigido accommoda, & grati saporis est. Amanitæ, Fungi, & Tubera, vt quæ frigidæ humidæque naturæ sint, succumque generent crassum, crudumque,calido siccoque temperamento conueniunt;innocentiores redduntur Fungi muria asseruati, quod lentorem ex parte amittant;sed noscendi prius sunt boni,cum radice ortus sui,tum etiam generis & substantia; at satius erit ista athleticis hominibus relinquere. Acuta vero vt cepas, allia & porra, vtpote a studioso viro vel publicoſaliena, vitanda ducimus; nisi forte hieme his coctis & in Acetariis vbi pituita redundat, vti phlegmaticis liceat. Porrum cepis, Allioque probabilius, si decoctum edatur, multum enim succi mali, acrisque remittit elixatione; concoqui tamen quadantenus contumax hoc quoque esse censetur, ob fibrosum, quod illi inest: etiam si humores in thorace contentos, faciles reiectatu reddat,ob innatum lentorem: lotium hoc mediocriter mouet.

Cheræfolium. *Fungi & Tubera.* *Acrumi nina.* *Cepe.* *Allia.* *Porrum.*

Fructus.

FRuctuum plura sunt genera, quorum nonnulla nutriendi vim obtinent: Nam (vt Auicenna inquit) Fructus nutriendi magis similes sunt ficus & vuæ bene maturæ,& Dactyli in regionibus & ciuitatibus in

bus in quibus esse consueuerũt: Parcius tamen meo consilio edendi sunt, quod ficus recens inflatiua est, &, Galeno teste, obest ventriculo: e sicca vero ficu genitus sanguis, malus est; ad hæc pediculos ambæ generant, cum propter corruptionem humoris earum, tum quod materiam de interioribus pellunt ad exteriora; & propterea Comitiali morbo & Apoplexiæ conferre ab Auicenna dicuntur. Impinguare item feruntur; & licet talis pinguedo modicum perstet, & ab alimento panis distet plurimum, earum tamen alimentum maioris roboris est nutrimento reliquorum fructuum, quoniam autem ficus velociter descendit & penetrat, viasque cibi abstergit & mundat, idcirco ante cibum edenda est. Meliores quidem esse albas, tum rubeas, postremo nigras, Auicēna indicat, omnes etiam, renum arenulas repurgāt. Caricæ (inquit Galenus) cum nucibus sumtæ, cibi præstantissimi sunt, cum amygdalisque similiter, sed cum his obstructiones aperiunt, non tamen ita bonum succum præstant, nutriuntque, vt cum miscentur cum nucibus. Sunt qui Caricas cum ruta nucibusque præsumtas venenis vniuersis aduersari fateātur. Vuæ pariter albæ nigris eligibiliores exsistunt, modo sit in cæteris loci & maturitatis paritas. Laudatur autem quæ præterquam quod bene matura est, præterea si duobus aut tribus diebus suspensa & soli exposita fuerit, hæc enim alimentum proximum nutrimento ficus præbet: quæ non aliter atque ficus ante cibum edenda est, quod aluum leniat; eius tamē vsus vesicæ incommodus est. quapropter ab his quibus renes vel vesica arenam vel calculos generant, vitanda est. multam etenim fæcem relinquit in corpore. quinetiā vapores plurimos mittit ad cerebrū, quemadmodum & in vase dum vinum ex ea gignitur, apertissime conspicimus, nocent etiam vuæ ac ficus visceribus in scirrhum duratis, & infarctu laborā-

Ficus recens & sicca.

Ficuum electio.

De Euel. & cacoch.

Veneris remediū.

Vua.

tibus aduersæ. Veterascentes multum humiditatis recrementitiæ amittunt. Passæ vero, quæ ab Oriente vehuntur, abstergunt, amicæq. ventriculo & potissimum hepati a tota substantia sunt: tum vesicæ & renibus, nec non intestinorum dolori conferunt, & vniuersum corpus recte nutriunt: quamobrem & prima & secunda mensa, tuto edi possunt. E fructib. vero qui nullum aut certe modicum nutrimentum corpori tribuunt, quidã sunt qui facile descendunt, quique ante alios edendi sunt cibos: Alii vero sunt, quos post epulas sumsisse rectius est, sumi igitur ante cibum nonnulla fructuum genera, iussit Auicẽna, vt Melones, Mora, Chrysomela, Persica, Pruna, cerasa: huiusmodi namq. fructus nimium humorem & facile corruptibilem obtinẽt: quapropter quã citius fieri potest, de corpore pellendi sunt; id vero fiet si absque alio cibo sumãtur, deinde post ipsos ambuletur, & aliquid sumatur ad hoc vt labantur, vt Auicennæ sententia est: quinimo ait, quod ii fructus recentes non sunt boni, nisi corporibus exercitatis cholera rubea abundantibus, & in æstate: subditque rectius esse his obstinere, quoniam aquosum sanguinem generant, qui facile ebullit, subindeq. putrescit. Tametsi enim ea ipsa hora qua sumuntur, refrigerando prosint calidis, quoniam frigidi & humidi sunt, tamẽ, (vt dictũ est) ad putredinem sua humiditate parant: similiterque sanguinem humore implent crudo, vt Melon viridis, qui Anguria vulgo dicitur; qui etiam altera ratione fugiendus est, quod in quemcumque humorem vertitur, quem in ventriculo inuenit. Quod si forte tibi liber prænominatos fructus sigillatim noscere, vt meliores, vel vt rectius loquar, minus malos deligas, paucis accipe. Melon inter fructus & humoris & nutrimenti est melioris, nec facile in humorem quem in ventriculo inuenit (vt Anguria) cõuerti est aptus: abstersiuusq; est, & vrinam prouocat:

Passulæ.

Fructus ante cibum.

Anguria.

Melõ seu Melopepon.

uocat: ſed eo quo ſupra dictum eſt modo, comedendus eſt: alioquin putreſcit, & ex putredine morbos generat acutos. Mora & ſi vim quandam ſtipticā ſortita ſint, ventriculo tamen infenſa eſſe, & in eo qui debilis eſt, facile corrumpi, Auicenna putauit: Sunt calida & humida quæ dulcia ſunt: acetoſa vero frigida. His germana ceraſa ſunt: facile enim & putreſcunt & corruptionem ſubeunt; minus tamen malum genus illud eſt, quod acerbum ſimul nec non & dulce beneque maturum eſt, quæ vulgo Maraſchæ dicuntur: hæc enim minus putreſcunt, & magis refrigerant; omnia tamen frigida & humida ſunt: quorum alia dulcia, molliaq. dura alia habentur, & quæ adſtringant magis. Deligenda priora illa, vt quæ melius concoquantur, faciliusq. aluum ſubeant. Secūda magis faciunt ad ventriculum, qui in bilem agitur, quippe quæ nec facile omnino corrumpantur, & vētriculum adſtrictoria facultate corroborent: immodico tamē horum vſu, niſi vna in corruptelam ab inſitis humoribus trahantur, aquoſus humor procreatur. Perſica poma atq. armeniaca frigido ipſa quoque atque humido temperamento conſtant: probe concocta tenuem humidumq. ſanguinem generant. Solent porro hęc quoque niſi facile aluum ſubierint, in corruptelam abire, & cum humoribus vna immutari quoſcumque tandem offenderint: quamobrem quibus ęgre per aluum deſcendunt, conſuluerim ego iis, omnino, vt ne ea quidem attingant. Nam Armeniaca quæ Græce Chryſomela, & Latine Mala aurea vocantur, dum humida & recentia ſunt, putredini expoſita admodum ſunt, ideoque febres generant. Auicēna iubet maſtichem & aniſum cum vino de paſſis aut melle ſumi cum eis debere. Perſica auctore Dioſcoride bona vētriculo ſunt, & aluū leniunt ante cibum ſumta ſi matura ſunt, poſt aliū vero ſumta & corrumpuntur & corrumpunt cibū. Sicca vero tam-

Mora. *Ceraſa.* *Maraſchæ.* *Perſica.* *Armeniaca.* *Perſica.*

Persica quam Chrysomela, non ante, sed post cibum edenda sunt, quoniam dura valde ad concoquendũ sunt, abstinuisse tamen rectius est, quoniam præterquam quod grauia sunt ventriculo, parui quoq, sunt alimenti. Persica tamẽ, inquit Auenzoar, fœtorẽ oris vitio ventriculi procedentẽ remouẽt, nec, vt inquit, iuuamentum aliud obtinent. His Pruna cõmendantur magis; siquidem facile per aluum deiiciantur. Solent enim nonnullis hæc quoque corrumpi, non statim per aluum reiecta. Pruna quæ dulcia sunt, nimia humiditate debilitant ventriculum; quæ vero mediũ saporem nacta sunt, fortius bilem reprimũt: quorum etiam frigiditatem Auicenna emẽdare docuit potui aquæ mellis, & vino depassis. Sed tempus est, vt de fructibus qui post cibum edi possunt, nonnulla percurramus. Plures namque sunt, qui vapores caput ascendentes frenant, & os ventriculi roborãt, qualia sunt Malagranata, Cotonea, Pira, & id genus alia. Sed primo de his quæ & ante & post cibum edi possunt, varia ratione, agendum. Granatorum vero seu Punicorum cum tria sint genera, dulcia, acria, & inter hæc media. Dulcia quidẽ frigida & humida in primo gradu ventriculo & hepati conueniunt, spiritumq. & præcipue naturalem mirifice iuuant, adeoque inter pinguedinem facientia numerantur: materias item ad vias vrinæ leuius tamẽ quam acetosa, dirigunt. Itaque mihi summopere placent, quib. cum aliis anni temporibus, tum vel maxime autumnali, quacumq. mensa, ac præsertim cum tosto vescaris. Mediũ vero nacta saporem, dulcibus frigidiora sunt, vnde calefacto ventriculo peropportuna, mediocremque abstersionem cum stipticitate & refrigeratione nacta sunt. Admirabilem præter cætera, vim narrat Auenzoar, & confirmat Auerrois, quod prohibẽt corruptionem cibi in ventriculo, si fumosa aut similis odori ouorum fuerit: quod si acetosa corruptio

Pruna. *Punica mala.* *Dulcia,* *Media.*

tio sit, cauenda hæc esse, dulcia vero non obesse admonet: vnde & vice saporis media mensa, & post epulas ad roborandum os ventriculi, & prohibendũ vaporum ad superiora motionem, tuto vesci poterit quicumque, præsertim calidi ventriculi. Acetosa vero maiorem frigiditatem sunt assecuta, quæ non nisi valde biliosis commodari possunt, quoniam intestinis sua acredine atq. etiam neruis officiunt. Potest tamen eorum acredo sacchari aut mellis dulcedine remoueri; magnam autem vim in exstinguenda bile feruida, & reprimenda vaporum eleuatione obtinẽt. In vniuersum vero Punica omnia alimento leui constant, sanguinemq. perpetuo gignũt tenuem: suntq; ventriculo amica, & quæ mordaces succos aboleant: qua propter horum quoq. opportunus tibi vsus constet, quum videlicet in corpore exsuperare calor videatur, aut anni tempus tale vrgeat: alioqui superuacaneum fuerit, quæ pro medicamenti ratione sumũtur, his vt esculentis vti, præsertim cum contraria tẽperamentum suggerat, quam rationis expers appetitus ac consuetudo postulet. Cotonea ex autumnalibus fructibus inter edulia adstringẽtia connumerãtur: quæq aluum supprimant. Solent hæc nonnullis ante cibum sumta, aluum potius coercere: sicuti a cibo, emollire; quod minime mirum sit; quãdo quidem ventriculi os adstringendi facultate comprimẽtia, alimoniam vi protrudant, quemadmodum sane in vtre quoque, ac vesica idem manibus præstamus, facileq contenta educimus, præsertim si repleta quidem vasa fuerint, vehementius autẽ superiores partes comprimamus. Inter hosce fructus maxime omnium adstringunt Sorba, Corna, & Mespila, quorum vsus maximus sit, vt medicamentorum: & quod ventriculo alioqui vtilia sint adstringendi vi: alimẽti autem vice sumta, sanguinem exhibent minime commendandum: tum vero adstricta plus æquo al-

Acetosa.

Abusus vbiq; vitandus.

Cotonea.

Sorba.

Corna.

Mespila.

Mala. uo, nocumentum capiti, reliquoq. corpori inferunt.
Lib. I. *cap.* 81. Ex Malis dulcia quidem (inquit Ægineta) maiorib. reliquis in calefaciendo viribus pollent, facile transmittuntur, maxime assa, vel elixa. Acida magis refrigerant, & humores in ventriculo dissecant. Austera stomachum roborant, aluum supprimunt, cæteris tamen magis Cotonea. Ex pomis item bonitate
Poma Regia. cætera vincunt, quæ Regia appellantur: & ea fortasse sunt, quæ (præsertim in Hetruria) Appia & vulgo Mele rose vocantur, quæ ipsa quoque frigida non adeo sint; cordi vero amica, censentur, ideo quod vapores cor impetentes fuliginosos, humidosque repellant, nec sane minus sursum in caput delatos: denique noxam quoque ex vino in capite contractam sedant: neruos quidem tentant, ac memorandi vim retundere creduntur; potissimum quæ natura acida fuerint, nempe frigida hęc satis sunt, & substãtiæ tenuitate sese iam ad profundum, addunt: probantur ex his magis, quę in hiemẽ reposita seruantur dulcia, maturitatem enim temporis mora, adepta pleniorẽ cõgruo quoq. vsu aptiora redduntur, nec sane facile corrumpuntur; & pro ventriculis debilioribus in cineribus aut vaporibus aquæ diligenter coquuntur
Pyra. cum edenda sunt. Pyrorum pari etiam modo grandiora atque matura, eandem quidem facultatem seruant. sed vberius nutrimentum sumentibus suggerunt, ac ventriculo gratiora sunt. De Citriis pomis, Limoniis, Aurantiis, & Adami pomis, cum medicamenti potius quam cibi vices subeant, hic nihil dicimus: poterit quisque illorum historiam & vires
Lib. I. *cap.* 131. apud Matthiolum videre in suis commentariis in Dioscoridem. Oliuas maturas, & si inter ea, quæ
Oliua. ventriculo ac visui obsunt. Auicenna connumerat, alibi tamen grossas salitas quæ colymbades a Græcis vocantur, appetitum subleuare, & ventriculum confortare, præsertim si acetosæ sint, asserit.

Hac

Hac etiam ratione Cappares laudantur. Castaneas, quod grauis coctionis, crassique & crudi, licet non mali humoris materia sunt, ventumque egregie efficiunt, his qui multum laborant aut exercentur, relinquendas censemus; alioqui refrigerant & exsiccant, ac modice astringunt; alunt quoque & elixatæ flatuosæ facultatis plurimum remittunt, præsertim cum seminibus anisi aut fœniculi vel similibus coctæ. Nuces vulgares, quas Regias vocant, calidæ quidem censentur & siccæ; caput pertentant, si quis assidue vtatur: & ventriculo infestæ sunt, ac difficile concoquuntur; grauant linguam, & sermonem impediunt; licet recentes gratiores ventriculo & meliores sint; minus enim incommodi adferunt, quamuis crassi humoris materia sint, cum ficubus vna commansæ probantur magis, quod per aluum citius vna deiiciantur. Verum solas aut frequentes præsertim extra hiemem, vitasse, salubrius est. Nuces quas Ponticas appellant, hoc est, Auellanæ, quo nomine adstringunt, possint sane ventriculo idoneæ censeri; sed quæ nihilo tamen secius concoqui contumaces sint, ob confertiorem substantiam, qua præditæ visuntur, quodque aluum magis ideo adstringant, quamuis ab Auicenna laudentur, quod omnibus hepatibus conferant, propterea quod exigui sunt caloris: Calidæ enim & siccæ in primo sunt gradu, sicque calidum hepar non lædunt, & frigido conferunt, quinetiam aperitiuæ, bonique succi materia sunt; attamen eas inflare, & ventositatem in inferiori ventre gignere, necnon capitis dolorem cum cerebri augmento facere, tardæque concoctionis esse, & vomitum ciere, tum earum corticem ventrem stringere: quapropter raro, nec ab omnibus edendæ sunt; Quod si fortasse ad sedandam tussim & iuuandum sputum eis aliquando, vesci contingit (etenim sputum facile reddunt.

Cappares

Castaneæ

Nuces

Auellanæ.

& tussim antiquam tollunt,) extrahendus de earum substantia succus fuerit. Nam leuioris in hunc modum coctionis, subtiliori expressa, & relict a crassiore substantia redduntur; modicoque adhibito præsidio anisi aut cinnamomi, omnis inflatio tollitur. Vtraque autem tam Auellana, quam nux cum ficubus exesa, paruis venenis conferre solet, vt Auenzoar & posterior Auicenn. testatur. Amygdalę dulces fere ęquales in calore, tum modice ad humorem declines sunt, nisi rancidæ sint, tunc enim calidæ euadunt: boni, quamuis pauci, sunt alimenti: ad hæc, abstergunt, mundant, aperiunt, & præcipue splenis & hepatis obstructiones auferunt: tū pectus, renes & meatus vrinæ leniunt: sed quoniam somnum faciunt, & propter diuturnam in ventriculo moram (concoctu enim difficiles euadunt, si solæ deuorentur) vapores ad caput mittūt, etiam grauedinis causa sunt, quamobrem velim extrahi succum, quod vulgo lac dicitur, & ferculis aut saporibus hoc ipso, non duris amygdalis, autumno potissimum vesci expediet. ita enim facile descendet, & commoda absq. incommodis afferet. Optimum insuper paraueris edulium (præcipue æstate ac autumno, & tussiculosis) si harum cremorem succreto decoctoque hordeo immiscueris, aut alicui tali, amyloque inprimis: hoc enim omnibus præstat, vt quod tenuissimum sit, & concoctu facile, ac boni succi sanguinemque progignat nitidum & tenuem. Granum pineæ maioris fere temperatum est: exiguum enim calorem & humorem obtinuit, forteque alimentum nec malum, tribuit: & prauos intestinorum humores corrigit, debilitatiq. corporis subuenit, corruptum humorem emendat, tussimque & putrefactas corporis materias castigat, & coitum excitat. Tardę quidem cōcoctionis, tum mordicationem & acrimoniam quandam in eo esse fatetur Auic. sed remediū adhibet eius ipsius in

Contra parua venena.

Amygdala.

Amygdalarum lac.

Edulium ex amygdal. optimum.

Pinea.

feruenti aqua infusionē. ita enim magnam absque læsione nutriendi virtutem assequitur: tum præcipit vt qui frigidiore sunt habitu, cum melle: qui calidiore aut cum sacchàro comedant: renes & vesicam insuper expurgant, ac roborant, eorumque vlcera prohibent. Vrinæ stillicidio opem mirifice præstant. Pistacia (vt Galenus inquit) parum præbent alimenti; tametsi infarctas humore iecinoris vias expediant, & a vitiis liberent. addit autem Auicenna quod nauseam discutiant, & ventriculi os roborent, argumento esse subamaram, subausteramque qualitatem, quę gustu in his deprehenditur. quapropter non modo ad iecinoris infarctus, sed ad iecur ipsum ventriculumque roborandum, ea tam cibis quam medicamentis immiscentur; quin ad conciliandam venerem, & ad pinguedinem inducendam macie & marasmo affectis commendantur. Sunt vero remisse calida & sicca, adeo vt fere temperata iudicentur. nos æstiuo tempore parcius, hieme vero largius a calido etiam corpore edi posse censemus. Citri cortex & pręcipue conditus, hieme sumi potest; quoniam vt ex veterum sententia inquit Auenzoar, cor & reliqua membra principalia roborat; & licet prę duritie non facile concoquatur, magnum tamen ventriculo præsidium, & bonum ori odorem, pariterq. eius decoctum quando in ore tenetur, afferre notatum est. quin etiam flores ac etiam folia confortant ventriculum, pariterque vinum aut ius in quo infusus sit cortex. Caro autem & mala est ventriculo & pectori, & facit colicam, nisi forte cum despumato melle & aromate aliquo eius nocumentum tollatur. Anisi semen laudo, quod ventositates tollit, hepatisque & splenis obstructiones, non sine aliqua stiptica vi, aperit. quinetiam si eius vapor naribus trahatur, vertiginem & capitis dolorem sedat, necnon vrinam prouocat. Fœniculum vero aliquanto calidius, tardi

Pinorum præparatio.

Pistacia. 2 de aliment.

Citri cortex.

Caro citri.

Anisū.

Fœniculum.

orisque concoctionis & praui alimenti materia est, obstructiones tamen aperit, ciet vrinam, & mirabilem proprietatem acuendi visum obtinuit: adeo vt Democritus serpentes ex ipso edere, & eo fricare oculos dum exeunt latebras, sit arbitratus. Coriandrum vero de cuius temperatura disceptant medici, (Galen. enim calidum, Auicen. & alii frigidum dicunt) est quidem tardæ concoctionis, & teste Auic. confortat ventriculum calefactum, & vapores caussa ventriculi, præsertim biliosos, a capite prohibet, (id quod potius ratione aceti, quo præparatur, facit) sed tamen visus tenebrositatem generat: imo quod plus Dioscorides mentem tentare scribit, & alibi inter venena recenset, ideo explodendus potius illius vsus præsertim frequens, neq. illi qualicunq præparationi fidendum natura enim eius tolli non potest.

Coriandrum.

POsteaquam cibi & potus genera quæ opportuna annotatione digna visa sunt, percensuimus: (nec enim omnia narrare decreuimus, quia longum opus & pene infinitum exstitisset,) nunc ad reliqua, quæ a medicis inter res non naturales appellatas numerantur, ad salutem conseruandam pertinentia, accedamus. Enimuero obseruandum est, ne vllo cibi aut potus genere replearis: sed assumendi cibi vniuscuiusque modus is esto, quo nondum satietas ceperit: sic enim exsuperans natiuus calor, cibos, qui in ventriculo continentur, confecerit. Præstat autem alimentorum quoq. vires obseruasse, vt si ex iis fuerint, quæ valentius, & plus nutriunt. multo ante expletã appetentiam absistamus: sin eorum, quæ parum ac leuiter alunt, liceat plura ingurgitare: siquidem hæc diutius concoqui postulant, illa facile aluum subeũt. De potu coniectura facienda, pro sumti alimenti humiditate, ac siccitate. Et quamuis Hippoc. tolerabiliorem esse potus quam cibi repletionem pronuntiarit. Et Auic. quorundam opinionem recitans, ebrieta-

Repletio.

brietatem corpori semel in mense conferre dixerit: nos tamē, quia plus obesse quam prodesse potest, his præsertim qui debile caput assecuti sunt, ab hac sententia alieni semper fuimus. Profecto vinū & si natiuo colori maxime congruum est, attamen sicut superfluum oleum lucernæ lumen exstinguit: ita vinū calorem opprimit naturalem: ita vt multi homines superfluo vino suffocati, perierint. Quod si quando in cibo aut potu excessisse contigerit, sequenti parcitate compensandus error: vt si prandium largius fuerit, parcior aut nulla sit cœna: Tum longiori somno indulgendum, & exquisitiori exercitio vtendum. Melius autem est reliquiis desiderii citra satietatem, a comestione & potu desistas: hæ namque famis reliquiæ post horam vnam destruuntur. Deterior autem comestio, (vt Auic. inquit) est quæ ventriculi grauitatem facit: & deterior potus est qui temperamentum egreditur, & in ventriculo natat. Quamobrem ad bonam cibi concoctionem & penetrationem sæpe & parum bibere cohortamur.

Ebrietas an conferat.

QVemadmodum vero nimiam repletionem fugiendam, ita nimiam quoq. famem & abstinentiam vitandam censemus. Excessus namque & defectus, vt sapientiores testantur, cōmittendi morbi vim obtinet, nunc vero disputandi nec locus, nec tēpus est, vtrum horum deterius sit. Compendiosum enim sanitatis regimen, non autem nunc medicas quæstiones scribimus. ne igitur diu famem patiare, propterea quod vniuerso corpori, & ventriculo prius eius ministro officit; illi quidem quod aridum & priuatione alimenti imbecillum redditur, huic autem quod ventriculus præter idipsum commune totius corporis incommodum, putridis item repletur humoribus. Quapropter dum sumendi cibi hora, certumque desiderium fuerit: quod ex alacritate & nulla ventriculi grauitate, tum etiam seruato in

Inanitio.

Nimiæ famis nocumēta.

Edendi tempus.

teruallo inter horas edendi congruo, cognoſces, edas. Arabes ſexdecim horas adhibent; nam in duobus diebus ter ſolum edendum eſſe opinati ſunt ſtudioſis vel non adeo calidis viris decem horas ſufficere poſſe arbitror, his præſertim qui nec replẽtur, nec duræ coctionis cibis veſcuntur; aliqui octo communiter ſtatuunt horas. Sed pro conſuetudine, (niſi admodum mala fuerit) & appetitu naturali, ſingulis horæ diſtinguendæ erunt. Cœna vero parciore vti præſtiterit, ſi vel vigilandum ſit, vel capitis debilitate, aut grauedine labores, vel fuerit ventriculus imbecillis; ſecus enim, ſit prandium leuius, ſi per conſuetudinem fieri poteſt; quæ in ſene mutari nequit, in iuuene paulatim ad meliorem mutanda eſt: largior enim cœna melius ſuccedente ſomno concoquitur, qui concoquendi facultatem iuuat. Accedit frigidior & obſcurior noctis aer, quo fit vt ſpiritus ad internas partes collecti, minimumq. animi & ſenſuum functionib. diſtracti ac reſoluti, maximum ſumpto cibo præſidium vt concoquatur, afferunt; ad hæc interuallum longius cœnam quam prandium ſequi aſſolet quanquam monuimus magnam rationem conſuetudinis habendam eſſe; quæ (vt antea dixi) in iunioribus pedetentim in melius mutanda eſt, in ætate vero prouectioribus, ni peſſima ſit, ſeruanda. Illud etiam monuiſſe nõ pigeat, cibo ſicciore in cœna veſcendum eſſe; vnde aſſatas carnes ad reſecandas humiditates ſuperfluas in cœna potius laudandas, mane autem elixatas.

An cœna maior eſſe prandio debeat.

Conſuetudo quãdo mutãda.

Cœnæ cibus.

Danda quoque opera eſt, vt quotidie alui & veſicę excrementa opportune de ventre exeant. Et quoniam vt maximus Arabum obſeruator Auenzoar inquit, Conuenerunt omnes medici quod in ventrem mollem homini ſeruatur ſanitas; & cũ ab aliis morbis, tum vel maxime a pleureſi hoc beneficio hominem præſeruari. quod ſi forte accidat vt aluus inobedien-

Excremẽtorũ purgatio.

Quib. rebus aluꝰ ritta e-

dientior sit, passulas ante cibũ bene maturas hieme atque alio tempore cum saccharo præsertim excesas, magno futuras auxilio arbitramur; quæ (vt antea dictum est) ventriculo etiam & hepati amicæ nimirũ sunt. Sunt & alii fructus, sed minus salubres, quibus per æstatem & autumnum vescare, de quibus abunde supra dictum est, vt Mora, Pruna, Melones, Ficus & vuæ bene maturæ; qui ante cibum sumti aluũ mollire nati sunt. Accedunt & fructus stiptici post cibũ sumti, vt Pyra, cotonea; de quibus satis abundeque supra dissertum est, tum Mespila & alia id genus cibũ comprimentia; quin etiam Beta vel Spinachia ante cibum iuuerit verno præsertim tempore quo herbarum vis plurimum valet. Antiqui magnis præconiis Maluam extulere, cuius & hoc peculiare munus est (si vocabuli rationem quærimus) vt aluum molliat; Quod si hæc non suffecerint, ad Mercurialis auxiliũ vna cum his ipsis, vel solam confugiendum est: quod si forte humorum repletio acciderit, per inediam seu diætam tentandum est an resolui valeant. Namque abstinentia (vt Galen. ait) est vnus euacuationis modus. Et Damascenus inquit, si per Diætam curare potueris, omnia prospera succedent. Si vero in tantum creuerint, quod diæta satisfacere haud possit, educendi humores pharmacis leuioribus sunt, duabus potissimum anni partibus, vere scilicet & autumno. Congrua vero pharmaca æstate Cassiam fistulam vel syrupum rosarum solutiuum; Vere autem & autumno Rhabarbarum, Agaricum, ac Senam; tum Electuaria cognita, vt lenitiuum, Diacatholiconem, Diasebesten, bene concocta, tamen prius (ni furiosa aut venenosa sit) & præparata materia cum iis quæ genus præsentis ac dominantis humoris respiciũt, laudamus. Agarici vero & Rhabarbari aut Senæ calor & siccitas permistione refrigerantium & humectantium qualia sunt Pruna & Myxa seu Sebestena & flo-

mollienda sit.

Passula.

Beta.

Malua.

Mercurielis.

Diæta: Humorũ purgatio quãdo & cum quibus fienda.

res cordiales mitigari & tolli poteſt; cum quibus ob ſtomachi imbecillitatem non nihil aniſi vel cinnamomi addendum. Et ſi opus foret in magno caumate pharmacum ſumere, tunc cum aquis vel potius decoctis oxalidis ſeu acetoſæ, Endiuiæ, Borraginis, Violarum, Cichorii, Lupulorum ac Paſſularum ebibatur, prout expediens fuerit, periti etiam medici cõſilio. Cæterum nullum eorum quæ dicta ſunt aut aliorum ſumi, admodum copioſe debebit. Siquidem nonnulli (ait Galen) in præſens gaudent, ſi copioſius deſederint, verum quanto magis ſunt vacuati, tanto his venter ſequentibus diebus magis adſtringitur; id quod veriſſimum eſſe, præter rationẽ ipſam quotidiana fere experientia videmus; qua de re præſtat in talibus oleo per inferna infuſo, aut re alia leniente, aluum ducere. Sed hoc Germanis vt plurimũ ægre quis perſuadeat, qui per os malunt remedia ſumere, tantus eos ea in re tenet pudor.

5. de Tuenda.

Aluum poſt ſolutionẽ adſtringi.

Somnus.

QVoniam autem ſani maximam ſomni curam habere debent, ne diminutus neve ſuperfluus, ſed temperatus exſiſtat, quo eius ipſius percipiantur commoda, & vigiliarum fugiantur incommoda; idcirco nonnulla de ſomno & vigiliis admonere decreuimus quorum illud apertiſſimum ſit, ne modũ excedant. Vtraque enim ſupra modum facta (teſte Hippo) impedimenta afferunt. Nimius etenim ſomnus cum pluri humore, tum ſuperfluitatũ omniũ præter ſudorem, retentione, grauat atq. debilitat ac veluti elixat, & etiam ſenſus omnes obtenebrat inſtar plurimi cineris operientis ignem exſtinguentiſque: ita vt Auicenna eum ipſum obeſſe animæ pronuntiarit, e contra moderatus a cibo ſomnus corpus vniuerſum humectum reddit, huiuſque penitiſſimas quaſq. partes irrorare creditur, facultateſq. noſtras exſuſcitate, ac ſenſoria innouata redintegrare, naturalemq. vna ſpiritum, vitalemq. & animalẽ, ac veluti de

2. Aph. 3

Nimius.

Moderatus.

ti denuo corpus totum reficere. Ante cibum exsiccãdi vim præstat, corporisq. nostri madorem omnem depascitur, interius se agente calore: Nihil enim aliud est somnus quam sensuum detentio suauior quędam, calorisq. ad interna reuocatio, isq si alimentum quod satis sit appositum sibi offenderit, conficit hoc, inq. vniuersum corpus distribuit: idemq. præstat, crudiores aliquos atq. incoctos humores nactus. Sic porro fit, vt ad hunc modum somni cibum præcedentes commendentur, nullo vero reperto hic alimento, familiares naturalesque humores inuadunt, hosque ipsos absumunt. Superfluæ item vigiliæ omnes virtutes & principes vitæ functiones impediunt quod natiuum calorem (vt Auerroes inquit) refrigerant instar ignis qui nimio motu difflatur: Tũ vero spiritum resoluunt, & maxime debilitant cerebrum, ac plurimo vapore oppletum reddunt. Temperatus vero somnus (vt antea dictum) vitalẽ vim roborat, & virtutem naturalem potentem efficit suas perficiendi operationes, quarum potissima cibi concoctio est, quinetiam virtutem animalem requiescere facit debilitatemq. e studiis & laboribus contingentem remouet. Ambiget vero quis de somni mensura, an tanta esse debeat, quantam ab Hippoc. constitutam legimus: quippe qui somnum laudabilem & naturalem eum pronuntiat, qui noctem non effugiat, & diem non impediat. Qui veterum mos esse videtur si Homero credimus, qui hominum mores & studia diligenter conscripsit, inclinato enim sole, facit hominem ab opere cessare: exorto autem, ad obeũda munera excitare bona ex parte videtur: vt totam noctem dormiendum, diem autem vigilandum esse putarit. Nec ab re alibi ventres hieme & vere calidissimos, & somnos longissimos esse dixit Hipp. inter diurnas vero somni horas minus malum esse matutinum tempus vsq. ad tertiam diei horam, in Præfa-

Ante cibum.

Quid sit somnus.

Vigiliæ superfluæ.

Somni mensura

1. aph. 16.

giis enuntiauit. Sed quia consuetudinis ratio maxima habenda est, vt idem Hipp. alibi innuit, idcirco hieme noctes integras dormiendas nō esse arbitror. Octo namq. horæ ætati & communi consuetudini quorum scribimus satis superq. fuerint, nisi quis imbecillam valde concoquendi vim in ventriculo nactus sit. Æstate vero æqualem nocti somnum laudamus, quoniam breuiores sint noctes: quinetiam spirituum dissolutionem & siccitatem per somni mensuram largiorem compensasse iuuerit, vt matutinis horis ac etiam meridie si opus sit, nonnihil somni acceptasse præsto sit: quamquam meridianum somnum euitasse, nisi forte maxima obstet consuetudo, ac præsidiū ex eo persentiscas, rectius est: quod humectantes morbos & humorum defluxum pariat, corrumpat colorē, inflet splenem, neruos laxet, pigritiam generet, appetitū debilitet, ad abscessusq. & febres præparet. Sed, vt diximus, tantā vim habet consuetudo, vt in naturam transeat: & quemadmodum ex sapientum testimonio, sunt homines, qui prauos cibos edere consueuerunt, nec obsunt illis: ita de somno censendum est, præsertim quando viget necessitas, quia vigilatum antea sit, ac spiritus calore & labore mentis vel corporis, magnopere dissoluti exsistant: quippe qui instaurationem quærentes, ad interna se recipiant: Vnde relictis sensibus, contingit somnus. Quid enim aliud est somnus quā sensuum vinculum quo requiescunt, vnde quies nominatur? Attamen hortor, vt æstiuo præsertim tempore, vna ad minus post prandium elapsa hora omni cogitatione & cura vacuus, aut leuis rei cuiuspiam & facilis lectione recreatus, sed eas: & absque somno quiescas. Hęc enim requies cum plurimis nō minus atq somnus, imo fortasse magis conferre solet, quia commoda absq. incommodis afferat: colliguntur enim spiritus, & laxata mentis cogitatione, admodum

2. Præ. 11 Somni spatiū. *Meridianus somnus.* *Consuetudinis vis.* *Quid somnus.* *Æstate vt fallēdus somnus.*

refo-

refocillantur. Quod ſi coegerit ſomnus, & tãquã fur inuolauerit, (hoc. n. epitheto ſapiẽtes Græci ſomnũ appellare non dubitant) capite erecto, thalamiq. occluſis feneſtris, per vnius horæ ſpatium dormies. Illud vero diligentiſſime obſeruandum eſt, ne illico poſt cœnam dormias, ſed inter cænam & ſomnũ cõueniens interuallum ad minus horæ vnius cum dimidia intercedat. Exſpectandum namq, eſt donec cibus a ſuperiore parte ventriculi ad inferiorem deſcẽdat: quod vt citius & facilius fiat, poſt cænam leuiter ambulandum eſt: Sic eñ fiet, vt ſomnus quietior & continuatior ſit, & cerebrum a vaporibus qui aſcendere ſolent, quũ in ore ventriculi diutius moratur cibus, longe minus grauatum ſit. Decubitus vero ſi longiuſcula poſt cænam mora fuerit, tum ambulatio iuuerit ita vt cibus ad ventriculi partẽ imam deuenerit, ſuper ſiniſtrum latus fiet: quoniam hepar ſuper ventriculum hoc in ſitu melius adiacet, & coctioni pręſto nimirum eſt. Super ventrem item dormire optimum eſt, quoniam ſitus hic calorẽ continet naturalem, quo cibus concoquitur. Quod ſi forte prius quam cibus de ore ventriculi deſcẽdat, aliquo caſu dormiendum ſit, primo ſuper dextrũ latus cubandum fuerit, donec cibus a ſuperiori parte deſcenderit: (os namq. ventriculi in ſiniſtra locatum eſt parte) tunc enim ad ſiniſtrum aut ſuper ventrem voluẽdum eſt corpus, vt cõcoqui in parte carnoſiore ac calidiore, non abſq nominatis præſidiis, facile poſſit. Supinus autem vitãdus eſt ſitus, quoniam ad prauos morbos pręparat, vt lethargiam, incubũ, apoplexiã: nec ſine cauſſa: materias namq, ad poſteriora & occiput hic ſitus inclinat: eaſq. ne per proprios exeant canales videlicet palatũ & nares, prohibet. Poſteaquã vero conueniens ſomni menſura expleta eſt, fricationes, vt ſupra diximus, primum tibiis, deinde brachiis, anteriori & poſteriori parti corporis adhibendæ

Non illico a cæna dormiendum.

Qualis in ſomno decubitus habendus.

Quid a ſomno agendum.

ſunt, corpuſque induendum & fęces veſicę, tum alui excrementa deponenda ſunt, tum caput fricandum & pectendum, totumq. corpus extendendum eſt: oculique ſi opus ſit, roſacea & fœniculi aqua lauandi ſunt; denteſq aliquo dentifricio abſtergendi, tum aliquid maſtiches, aut galãgæ bonæ, aut (ſi pituita magis infeſtet) radicis herbæ quam Imperatoriam ſeu magiſtrantiam vocant, maſticandũ eſt: quia ſuperfluas humiditates a capite extrahunt, capitiq ac ventriculo ſublime præſidium adferunt. Quinetiam poſt cœnam ſi forte dormiendum citius fuerit, aut repletior ſit ventriculus, aut debilior, ac præſertim humidiore cœlo, hæc maſticaſſe contulerit, aut thuris albiſſimi granulum vnum aut alterum deglutiiſſe. Sed de iis hactenus. Nunc ad reliqua tranſeamus.

Maſticatoria.

Animi accidentia.

CVm vero maxima corporis & animi cõnexio ſit, vt ſola imaginatione multas & varias tum ingẽtes corporis mutationes, quinetiã mortem fieri videamus, ad ſanitatem ſeruandam bene compoſitum animum plurimum conferre putamus. Recte igitur in Canticis Auicenna ad morbos euitandos maximam curam animi habendam eſſe notauit: quod ante ipſum Galen. pronuntiauit abſtinendũ eſſe ab intemperantia harum omnium animæ affectionũ, iræ & triſtitię, furoris & timoris, inuidię & ſolicitudinis: quia exterminãt & mutant, ab eaque ſecundum naturam eſt confiſtentia. Moderata vero lætitia, cũ ad omnes animi functiones perficiendas, tum vel maxime ad concoctionem çelebrandam, vt triſtitia ad tollendam, impenſo auxilio eſt: a triſtitia igitur ſiue deſperatione, (nã ſpiritus triſtis exſiccat oſſa) cauendum eſt omnino, lætitiæque Chriſtianæ, (non Epicureæ) incumbendum. Nam', vt Auicenn. inquit, Lætandi frequentia diſponit ad lætitiam, quam duo maxima ſequuntur commoda: Vnum eſt robur virtutis naturalis: tum ſpirituum regeneratio aſſidua, & mi-

Moderatio animi & cõſtãtia habẽda.

Lætitia.

Triſtitia Salomon ☞ Prou.

& minima illorum dissolutio sequitur. Alterum autem est eius ipsius spiritus dilatio. Sensum præterea temperate oblectare iuuat, vt visum pulcritudine rerum: auditum harmonia, odoratum suaui odore, qualis æstate est aquæ rosaceæ odor: non dixi rosarum aut violarum, quoniam sua humiditate replent caput vapore: Hieme vere ligni aloes, quod cerebrũ ac cor & viscera, tum sensus omnes confortat, mirificeque lætificat. A calidis vero nimium & acutis odoribus cauendũ quoniam ad cerebrum vapores mittunt. Gustatum vero sapore medio, qualis est qui e saccharo & granatorum succo aut cotoneorum per decoctionem spissato conficitur, aut simili temperato, nec excedente qualitate infesto.

Sensuũ propria oblectatio. Odoratus. Gustus.

De Venere.

TActus autem delectatio & voluptas perquam mediocris esse debet: etenim dum excedit, spiritum & calorem innatum supra modum resoluit, humidumque radicale seu naturale quo natiuus alitur calor, exsiccat: vnde morbi, ne dicam mors, eam ob caussam, citius quam ferat natura, accidũt. Quam ob rem cum in coitu maxima spirituum resolutio fiat, ab illius excessu magnopere (præsertim literarum studiosis & macris) cauendum est: tametsi consuetudinis (vt sæpe dictum est) rationem habendam ducimus. Paulatim (vt Hipp. ait) ex vno ad aliud trãsire licet, & non aliter: Vnde Galen. & ante ipsum Arist. in Problematib. naturæ infensas mutationes repentinas affirmat, Dionysiumq; pulsum regno, propter continentiam ægrotasse concludit, cum repente ex incontinenti factus esset continẽs. Ita cum Galeno concludamus: Quod Venereorum vsus concedi potest, si tãtũ interualli in eorũ vsu adhibeatur, vt neq; resolutio aliqua sentiatur, & ipse seipso homo quodammodo leuior factus, ac melius spirare videatur. Illud vero ex ratione & experientia addiderim,

Tactus. Coitg magna nocumenta. 2. Aph. 51. Consuetudinis vis. Arte medica cap. 86

tutius esse raro quam frequenter coire: quoniã præter multa & magna incommoda quæ nimius affert coitus, illud maximum est, quod cerebrum & cor debilitat, totũq. corpus exsiccat: propterea quod de substantia postremi alimenti euacuat: Sperma enim vt Arist. ait, est vltimum alimenti vtilis: tum etiam, vt diximus, quod propter voluptatẽ quæ maxima est, nimia spirituum & natiui caloris dissolutio sit, & vẽtriculus præcipue læditur, sicut eius oportuna abstinentia iuuatur. Non ab re putauit Auicenna magis obesse, si modicum quid spermatis fluat per cõcubitum supra quam natura toleret, quam si quadragies plus sanguinis promanauerit. Nam semen res est natiuo calori & humido cõformior ac spiritualior quã sanguis. Venus præterea siccis temperamentis inimicissima est: nec non frigidis. innoxia vero (moderato vsu) iis tantum est qui calidi sunt & humidi, tũ vero qui genitura naturaliter abundant. Gal. statũ corporum eorum dicit esse pessimum, qui genitale semen copiosum calidumq. gignunt, quod eos ad expulsionem sui proritat: postquam & ventris os illis resoluitur, & ipsi toto corpore non solum relaxãtur, imbecilliq. fiunt, sed etiam sicci, graciles, pallidi, cauisq. oculis conspiciuntur, quibus ipse remedia affatim ibidem præscribit. Sed si quis calida impense cibaria, & flatuosa potensq. vinum ac multum deuitet venereasq; imaginationes & similes voluptates fugiat, non facile a Venere tentabitur: pariter si philosophiæ moralis sacrarumq. literarum studiis se dedat, & otia penitus ableget: pulcrarumque mulierũ, quantum fieri potest, consortia. Vsus etiam seminis salicis Amerinæ seu viticis, non parum modis omnibus confert. Si lumbi nimis sint calidi vngantur Violaceo aut potius Nenupharino oleo, & genitalia pariter, plumeus lectus ablegetur: quidam aqua gelida verenda macerant præsentaneo remedio. Qui Nym-

pheam

Nimiæ Veneris incommoda.

Venus quibus innoxia.

De Tuẽ. sanit. 6.

Venerem vt quis deuitet.

phæam 12. diebus bibunt, genitura & coitu priuantur. Sed denique lauta copiosaq. cibaria domittantur præter necessarium tuendæ sanitatis vsum. nā Venter, Pluma, Venus, laudem fugienda sequēti. Memini me aliquando legisse, referēte Chrysostomo, Christum dominum nostrum dum in terris ageret, ita parum comedisse ac bibisse, vt superfluum illud alimentis non generarit. Sed in hac re, vt in multis aliis, paucissimos illum habere imitatores puto, & si plerique in ore habeant, omnem Christi actionem, nostram esse instructionem. ad finem rei propositæ accedamus. Quum vero natura appetens coitus est, nō cogitatione, nec concitata extrinsecus, sed multitudine spermatis incitata, eligenda hora fuerit opportuna. Enimuero postquam cibus concoctus est, non tamen fames adest, coeundum est: vt inde etiam somnus aut quies sequatur, quæ lassitudinem illam ex coitu contractam tollat, aut saltem leniat. Potius enim (si errandum est) super cibum, quam supra nimiam alimenti indigentiam (vt Gal. docet) peccandum est. melius enim (id est minus malum) est calefacto magis, quam infrigidato: & pleno, quam vacuo: & humecto potius corpore, quam exsiccato, vti Venereis, docuerat autem prius temperiem in his eligendam esse: vt non super calefactū, non infrigidatum, non humectum, non siccatum: non repletum, non exinanitum sit corpus. Neq; hic eam Solonis legem habere locum velim, qua cauerat, cum longius abstinerent, vt ter in mense omnino congrederetur vir cum vxore: cum multis vel semel nimium sit: nec coitus res sit necessaria ad indiuidui conseruationem, sed speciei tantum. Sed Ethnico Soloni relinquatur sua lex. Accidit studiosis sæpius vt pituitosus succus capite in frigidum natura ventriculum decurrat, quib. non difficile succurritur, si ne mane aliquid medicaminis seu cōfectionis diatrion pipere-

Tempus coitus.

Loco quā supra.

Solonis lex explosa.

Vētriculo frigido vt succurratur.

on nempe drachmam vnam vel alteram, sumserint. Sed & piper solum, præcipue quod album est, cōminutum, atq aquę immixtum, bibere iis licet, vel zingiberis conditi parum, aut chebulum cōditum summo mane sumant.

Aer.

AErem, tametsi postremo describimus qualis in cōseruanda sanitate eligi debeat, eum tamen præcipuum, nec aliis minus curandum ducimus: assidue namq eum ipsum inspirare necesse est, vt competēs refrigerium cordi & spiritibus adferat. Hæc enim inter alias maxima homini necessitas est. vt vix momēto temporis viuere valeat, nisi nouus ad cor refrigerandum aer adueniat. Optimum itaq hoc est, purissimum in pulmones trahere, omnibus iuxta salubre est. Nam impurus aer, omni ætati aduersatur. At vero quæ ex calore, frigore, siccitate, humiditateq. diuersitas aeris contingit, nō perinde se ad omnes homines habet: sed corporib. quæ optimo sunt temperamento, etiam optime temperatus aer est saluberrimus. In quibus vero aliqua exsuperans qualitas dominatur, iis vtilissimus aer est, qui ei qualitati pari gradu aduersatur: mutatur enim temperamentum contraria victus ratione. custoditur simili. Obseruādum igitur (quā fieri potest) ne incorrupto & fœtido aut turbato in aere, tum valde frigido aut nimiū calido nimisve humido degas, aut flatibus vaporosis exposito, quales sunt qui de meridionali plaga ad nos perueniunt. Degendum hieme in loco aprico versus orientem exposito: semper tamen a Solis radiis, meridie præsertim, vitandum est caput: quoniā præterquam quod caput calefaciunt, materias etiam ad ipsum trahunt: quamobrem grauitatis nonnunquam & fluxus sanguinis narium caussa sunt. Magis autem Lunares radii præcipue cum dormitur, fugiēdi sunt. Prauos etenim morbos efficiunt, propterea quod Luna mouet humores. Pariter nocturnum aerem

Aer vt variandus.

Hiemis habitatio.

rum fugiendum censemus, quoniam Sol vitæ dator a nostro discessit Hemisphærio. Quod si forte hieme turbatus (qui animam vt inquit Auicen. tristificat) & caliginosus sit aer, aliqua (si non ex omni datum sit) parte compensandus est; quod fiet si domi aut operto loco cumplusculas diei horas traxeris: tũ vero thalamum in quo degis, laudabilium lignorum exustione calfacias, vel tum iuniperi aut ligni aloes suffitum adhibeas. Æstate vero temperatior locus eligendus est, cuius fenestræ versus Septentrionalem plagam sitæ in propatulo sint: &, si opus est, aqua rosacea & aceto rorandus est thalamus, præsertim cum fœtor, aut alias fortasse malus vapor fusus in aere sit. Auicenna montanum aerem æstate laudat & superiorem domus partem nocte, inferiorem die habitandam censet Habitationẽ Arist. elegit altam ad meridiem orientemq. spectantem, sub aere subtili, nec humido nec frigido. Et Plato lõgęuos in altissimis atque temperatis reperit regionibus. Illud vero sciẽdũ est, aerem sublimiori parte vbi a radiis Solis reflexis non incalescit, frigidũ esse: & quo altior est, eo frigidior: Ob id habitare mediis in domibus hieme, sublimibus in æstate, optimum est. Cauendum inter reliqua (quod ad exercitium spectat etiam) ne dũ in calueris, te vento aut gelido aeri exponas: quod huiuscemodi mutationes naturam plurimũ lędunt, frigusq. cum meatus obstruendo humorum refrigeriũ & vaporum difflationem impedit, tum innato calori, cerebroq. potissimum & neruis officit. In vniuersum autem Hipp sententia præ oculis habenda est, cuius verba citasse non piguit: ait enim plurimũ atq. repente euacuare, vel replere, vel calefacere, vel refrigerare, siue quouis alio modo corpus mouere periculosum: quoniam omne nimis est naturæ inimicum: Sed quod paulatim fit, tutum est, tum alias, tũ cum ab altero ad alterum transitus sit Denique cum

Æstatis habitatio.

Aeris electio.

Repentinam omnẽ mutationẽ esse fugiendã

1. Aph. 15. Ne quid nimis.

Nocenti aeri cum cōtrariis resistēdū. Victus qualitas vt variāda.

magnus in aere exsistit ardor, danda maior opera est, vti frigido in aere degatur: tum & cibis qui & humectent & refrigerent vescendum, & in vniuersum regimine frigido & humido ad caliditatem & siccitatē aeris frenandas vtere: sicut dum frigida & humida inualescit hiems, calidiorem & sicciorem victum adhibere vtilissimum est. Exsiccatiuum autem regimē primo vere potissimum, autumno autem humectatiuum, laudatur. Æstate vero & autumno fugienda exsiccatio est. Conuenienti autem regimine tempori æstiuo, & in fine veris & principio autumni vtendum: at principio veris & fine autumni, simile regimen hiemali esse debet.

Sūma salubris victus. Sect. 1. prob. 47. 6. Epid. par. 4. [illegible] Apo. [illegible] Vt Christiane viuendum. Paul. ad Tit. 2.

Coronidis tandem vice memineris amice & candide lector, optime dictum esse illud, Cibis haud satiari, impigrum esse ad laborem, genitale semen conseruare, res esse longe saluberrimas: atq. Aristot. in problematis, Hippocratem imitatum, vniuersam bonæ valetudinis rationem in cibi ac potius parcitatem, & laboris mediocritatem, referre. Cum autem etiam propter peccata veniant aduersa, non obliuiscamur in nostra nos legitima vocatione seu vitę genere, Deo patri nostro approbare: atq; abnegata impietate, & mundanis concupiscentiis, sobrie, iuste & pie viuamus in præsenti seculo, exspectantes beatā illam spem, & illustrationem gloriæ magni Dei, & seruatoris nostri Iesu Christi, qui dedit semetipsum pro nobis, vt redimeret nos ab omni iniquitate, & purificaret sibi ipsi populum peculiarem, sectatorem bonorum operum.

FINIS.

GVILIELMI GRATAROLI BERGOMATIS, MEDICI CLARISSIMI,

DE MEMORIA REPARANDA, AVGENDA CONSERVANDAQVE, AC DE REminiſcentia; tutiora omnimoda remedia, præceptioneſque optimæ.

Liber, cuiuſuis facultatis ſtudioſis, apprime vtilis, immo maxime neceſſarius.



FRANCOFVRTI
Ex Officina Paltheniana, ſumtibus Viduæ Petri Fiſcheri.

M. D. XCVI.

SERENISSIMO AC PIO BOHEMIÆ REGI MAXIMILIANO perpetuam felicitatem a Domino Deo precatur Gulielmus Grataroius Doctor Medicus.

DUM postremam, inclyte Rex, meorum opusculorum editionem paro, in qua plus annum eam conatus sum adhibere diligentiam quam Horatius intelligit, cum in nonum annum premi lucubrationes iubet: contingit, ut literas acceperim a nobili doctissimoque iurisconsulto & paternæ Regiæ maiestatis, tuæque prudentissimo consiliario D. Gaspare a Nydbruck, qui (ut etiam tua novit serenitas) in sua ista florenti ætate non solum mores hominum ac multorum vidit urbes, verumetiam apprime studiosus est omnis fere generis bonorum librorum scrutator & collector: quibus in literis scribit librum meum superiori editione maiestati tuæ dedicatum ac datum, ab eadem clementer ac benigne susceptum, & ab omnibus tuæ serenitatis atque serenissimæ Reginæ medicis plurimum commendatum fuisse. quorum omnium tanti equidem iudicium facio, ut non adeo curem si fortasse pluribus aliis minus placuerit. nõ igitur augustius nomen unquam opto, sub cuius perpetuo splẽdore ac patrocinio nunc longe nitentius opus in ampliorem exeat lucem: tua namque maiestas (ut superiori quoque tẽpore scripsi) animo meo semper arrisit, quum variis de caussis quas longum esset recensere, tum quia inter cæteros Principes ac Reges, non tantum apud potentes Germanos, & bellicosos Hispanos, sed etiam Italos (ut alias quas non novi gentes omittã) sancte audiat tua optimæ spei maiestas: faxitque omnipotens Deus, ut indies, quoad fieri iuste potest, una cum nomine crescat & res. Huc accedit quod etiam intellexerim, ornatissimam apud T. M. perstrui bibliothecam tali Rege non indignam,

in qua spero, non postremam partem obtinebit liber meus, qui priore sui parte mirum in modum eos iuuabit, qui ex ea vel quacunque alia librorum suppellectile proficere in ediscendo voluerint: eorum namq; libellorum vnus est De Memoria recuperanda conseruandaq;: secundus De Physiognomia: tertius Prognostica perpetua certaq; continet. Caeterum cum sapientis & philosophi proprium sit rationem & causam sui operis reddere, dicam breuissime, quid me potissimum ad haec mouerit. In tanta librorum ac discentium copia, videbar mihi ita monente Deo, rem studiosis non inutilem me facturum, si de Memoria (& si argumenti talis plura bona aliâs exstẽt opuscula) succinctè praecepta & selectissima remedia indicarẽ: quam si quis iustis praeconiis ornare velit, multas opplebit chartas actumq; aget. Quis enim est qui nesciat Memoriam vniuersorum sensuum communem fore arcam? siquidem quicquid vel oculis conspicimus, vel auribus haurimus, aut deniq; ipsa mente concipimus, vsui ac meditationi seruiat: de qua Seneca in praefatione libri Declamationum: Memoria, inquit, est res ex omnib. partibus animi maxime delicata & fragilis, in quam primum senectus incurrit, &c. De Physiognomia itidem non est quod multa praefari velim: nam si concesserimus (vt concedere par est) sapientissimum Deum non ab re corporum atq; hominũ varietatem fecisse; dubio procul fatebimur, hanc diiudicandi facultatem probe tractatam, & vtilem admodum & bonam esse. Cum enim sine vllius rei adminiculo solus Deus in corde videat, magisq; animae quã corporis scrutator exsistat, homo tantum in facie & ab extrinsecis intrinseca cognoscit. Quis cordatus princeps seruum in familiam accersat, nisi ante solerti examine ex facie mẽtis nota, ex oculis animae fenestris, & ex omni deniq; corporis situ & specie naturam illius rimetur atq; exploret, num frugi & rei familiari vsui futurus sit? Traditum est memoriae, Pythagoram a principio statim adolescentes prius quam in disciplinam suam admitterentur, φυσιογνωμονεῖν consueuisse, hoc est, indolem ex oris, vultus, totiusq; corporis serie atq; habitu scrutatũ, num ad philosophandũ apti essent, quod reluctante genio haud

feliciter

feliciter aliquid cedat. Quamuis autem illud interdum præter communem philosophorum fidem & sententiam longe secus euenire cernas, vt e corpore deformi insignes prodeant virtutes, hoc tamen eatenus fieri existimandum est, quatenus animus diuini numinis afflatu, philosophiæq; adminiculis adiutus, externas omnes virtutique contrarias exsuit affectiones, & reb. honestis inuigilat: vt Socratis, inter cæteros, exemplo notũ est. Cum enim Zopirus ex solis lineamentis coniecturam faciens, diceret, eum multis vitiis obnoxium esse, fatebatur Socrates se natura propensum ad ea vitia esse sed commemorabat se ratione ac diligentia regere ac coercere. Illorumque opiniones explodendæ sunt, qui cæco quodam iudicio vanam physiognomiæ artem censent, quæ iam a priscis illis statim temporib. ad hanc nostram vsq; ætatem longissimis obseruationibus, multo rerum vsu, variisq; euentibus comprobata, ex certis & peculiaribus corporis humani indiciis naturam inuestigandam tradidit. Nec me latet humanam naturam moribus, doctrina, & legib. constrictam, sæpius scelera occultare, ac probitatem honestatemq; præ se ferre: attamen vt timidus ex fuga aliquando cognoscitur: ita paßionibus aliis alii affectus dignoscuntur: ac (vt inquit ille) Heu quam difficile est crimen non prodere vultu. Et quamuis non pari modo mortales affectus & detegãt, & apertant, nemo tamen ad harum alteram partium tam caute inclinat animum, quin tempore procedente deprehendi queat, siue is secunda eleuetur sorte, siue egestate prematur. id enim quod casu fit, siue virtutis, siue vitii speciẽ gerat, ordinem minime statuit: sed qua in parte mens affixa maneat speculandũ est, indeq; actiones nominandæ sunt. Tertium De perpetuis prognosticis adieci, cum viderem quotannis incertas prædictiones fallacesq; (caussa equidem difficillimæ astrorũ scientiæ, ac humani ingenii cæcitate atq; audaciæ) inuulgari volens nimirum ex iis quæ sub sensibus cadunt, ostendere longe certiorem esse prædictionem. Non nouas artes scientiasve propterea me allaturum nunc polliceor, verum earum quæ a clarißimis viris inuentæ sunt, partem vtiliorem aliquam dilucidare ac facilẽ reddere augereq; nitimur. Neq; illud a me exspectetur in his

opuſculis, quo varios adducam ſæpius auctores, cũ nullam fere auctoritatem expoſtulem. præterquam experientia ipſa exhibebit. Quod ad ſtilum ſpectat, vſus ſum (id poſtulante operis materia) nõ Latiniſsimis verbis & abſtruſis, ſed perſpicuitate qua potui, id eſt, vocabulis plurimum vſitatis, ſeruata illorum ſignificatione. Nunc ſereniſsime Rex luculentius mea erga T. M. perpetuæ obſeruantiæ ſymbolum dare non potui: neque ego, vt moris eſt, partem aliquam tuarum laudum attingam, quod nec idoneus ſim tãto muneri, nec hactenus defuerint aut defuturi ſint doctiſsimi viri, qui hanc prouinciam ſubierint. Quamuis, vtpote qui bonorum principum exemplum iam eſſe inceperis, humanis laudibus non egeas, ſatis ex re ipſa commendatus. Me vero tuæ Maieſtati humillime commendo ac dedo. Chriſtus Deus optimus maximus M. T. quam diutiſsime incolumem ac florentem ſuis donis augeat ac ſeruet. Baſileæ. Cal. Febr.

M. D. LIIII.

LIBER

LIBER HIC DE MEMORIA
& reminiscentia diuidetur in capita septem.

Primum caput declarat quid ſit Memoria, vbi vigeat, quam vtilis & neceſſaria ſit &c.

Secundum potiſſimas, quibus lædatur, cauſſas, earũque notas continet & curationem.

Tertium quomodocunque memoriæ nocentia pręcipua oſtendit.

Quartum ſimiliter iuuantia particularia enumerat.

Quintum nonnulla probatiora ſelectioraq. medica remedia compoſita continet, ſeruantia multũque augentia memoriam.

Sextum philoſophica conſilia, canones & præcepta reminiſcentiæ narrabit.

Septimum caput breui ſermone de locali vel artificioſa memoria agit.

Dictorum breuis epilogus vltimo ponitur.

QVID SIT MEMORIA, VBI VIGEAT, QVAM utilis & necessaria sit,

CAPVT PRIMVM.

MEmoria eſt, ꝑ quã animus repetit illa quæ fuerũt. Vel, Eſt firma animi rerũ & verborũ diſpoſitionis perceptio. Aut (vt Ariſtoteles opinatur) imaginatio eſt, quæ ab his quæ ſenſus deprehenderat, remanet. Platonis aũt ſentẽtia, Memoria eſt ſenſus & incolumitas: nam anima ſenſuũ officio adipiſcitur quæcumq. ſub ſensũ cadũt, indeq; opinionis origo eſt. Sed per mẽtẽ ipſam intellectualia animaduertit, & intelligentia fit. At memoria amiſſa per reminiſcentiã denuo reſumitur: nã cũ obliuio ſiue memoriæ amiſſio duplex ſit, perpetua videlicet & tẽporanea, in hac quidẽ reminiſcẽtia agit, de qua inferius ſuo loco dicetur neque alterius partis animæ aut cerebri eſt effictio ſeu imaginatio, alterius vero memoria: ſed in ſubiecto eodem inſunt, atque eiuſdem partis animæ functiones, & vtraque eſt totius cerebri, in cuius toto corpore fuſa eſt princeps ſentiendi anima: non abſque ratione tamen antiqui dixere diuerſas capitis ac cerebri partes ab his animæ functionibus occupari. Sedem igitur habet memoria in occipitio in

tertio vocato ventriculo, quem & puppim vocant. Longum esset ac pene superfluum hic (vbi studeo breuitati) cerebri totius anatomen describere, quā in multorum libris videre licet, præsertim doctissimi pariter & diligentissimi Andreæ Vesalii. Dicam tamen aliquid breuissime ad rem nostram propius faciens. Tres animæ operationes sunt in cerebro, phantasia seu imaginatiua, ratiocinatio & memoria. Primæ duæ in duobus ventriculis cerebri maioribus, tertia in tertio & minori exercetur. Inter cerebri caua animalis spiritus tenuis purus, mundissimusque versatur, atque talis defertur memoriæ: quæ quidē claritate & subtilitate spiritus indiget. Quod si non aperiatur via illa qua transit spiritus ad puppim cerebri, nihil homo reminiscitur: & contra qui velocem habent huiusce viæ aperitionem, prudentes sunt, & velociter respondent; vt sunt quidam cholerici. qui vero pigram illam & tardam habent, pigri sunt & tardi ad discendum atq. respondendū; suntq. tales vt plurimū phlegmatici vel melancholici, crassisq. ac multis cibis ac potibus vtentes. Rari quidem reperiuntur, qui felici ingenio, & fœcunda memoria dotati a natura sint. siquidem ingenium subtilem & mollem cerebri substantiam, memoria permanentem indicat. Dicit quoq. Galenus capite duodecimo Artis medicinalis, ingenium quidem subtilem cerebri substātiam indicat tarditas vero intellectus crassam, &c. Huic functioni deseruiens spiritus, a corde per arterias ad caput subuolat, & exterius nos cingēte aere alitur, diuturnitatemq. consequitur. Et denique conueniunt physici omnes, Memoriam potissimum pollere ex bona temperatura organi sedisve, in qua hanc functionem anima exercet. Indicium etiam erit eos valere memoria, quibus in posteriora caput protuberat: eandem infirmam experiuntur quibus ibidem velut complanatum ceruici exæqua-

tur. Sciendumque quod ſapere ſit ex ſpirituum bonitate: boni vero ſpiritus ſunt qui claritate ac motu temperati ſunt & ſubtilitate. Plato in Theęteto: Nō recte, inquit, anima ſe habet in denſo, aut lutulento, aut molli nimis, aut duro. Intemperies autem multifariam contingit: nam ex vtero quis tam validam nonnunquam contrahit, vt non ſolum memoria, ſed & ratio lædatur, atque ita ſtultitia fiat: cuius inter cætera ſigna, vt habet Ariſtoteles primo De Animalium natura, ſunt prægrandes & erectæ aures: Si Solem, Arietem aut Scorpium peruagantem aliquo naſcente Luna adeat, ei cerebrū adeo affligit, vt melancholica paſſio paululū adultis oboriatur. Ex prauo itē victu frequens eſt cerebri intēperatura; quandoq ex inſalubri ambientis aeris conſtitutione: nam vetus eſt dictū, vbi ſit ſiccior aer, ibi fere etiam eſſe acriora ingenia, animamq. prudentiorem ſeu promtiorem: ſic craſſum cœlū & pingue, ingenia gignit hebetiora. Eadem diætę eſt ratio, vt etiam habet Gal. in libro. Quod animi mores, &c. Quinetiam ex caſu, ex percuſſione, ex morbo & aliis id genus iniuriis labefactatur, quorum exempla varia & ex Thucy. li 2. belli Pelop. & ex aliis haberi poſſunt. quidam ictus lapide, oblitus eſt tantū literas, ex præalto tecto lapſus, matris, affinium & propinquorum cepit obliuionē: ſui vero nominis oblitus eſt Meſſalla Coruinus orator. Ecce igitur quam fragilis ſit omnium pretioſiſſimus hominis theſaurus. Memoria inter humanę naturæ commoda, teſte etiam Seneca, primum ſibi locum vēdicat: nam multa legere ſtudioſis facile, multaq. intelligere bono atq. exercitato ingenio nō difficile eſt, verum ea congerere, & in memoriæ ſcrinio conſeruare, ita vt non effluant, neceſſarium ac præcipuum humanæ vitæ bonum. Vt teſtatur Plin. lib. 7. c. 24. Cyrus Perſarum rex omnes ſuos milites nominatim appellabat. Mithridates duarum & viginti

genti-

gentium rex, totidem linguas absq. interprete & audiebat & alloquebatur; nec desunt innumera pene quorumcunq. temporum exempla præstantissimæ in hominibus memoriæ. Quibus igitur non est tam excellens memoria, labore vt eam assequantur, opus est, sine qua vix in virum excellentē quisquā emerget: fieri enim solet, vt quantum quisq. memoria emineat, tantum eniteat & sapientia, nisi sit somnolentus, atq otiosus. Et poetæ non ab re sapientiam memoriæ filiam finxerunt: ac de ipsa recte scriptum est, *Vsus me genuit, mater peperit memoria*. Nonnulli iam ætate prouecti, hac arte freti, ad literas se conferentes, non multis mensibus in viros euasere doctissimos. Quo igitur pacto ea acquiri augeriue possit ac seruari, hoc opere disseremus. Constat autem cum plurib. doctis, tum vero Ciceroni, memoriam habere quiddam artificii, & non omnem a natura proficisci: Sic igitur & nos prius docebimus quo victus genere, quibusve medicaminibus ea acquiri firmariq. possit, breuia, clara, vsuq. probata ponentes: postea, de artificiosa memoria, quę eadem ipse est naturalis, sed præceptionibus quibusdam firmatur, ac obseruationibus, locis, imaginibusque constat, succincte agemus.

Caput secundum, præcipuas quibus læditur caussas, earumq. notas & curationem continet.

DVæ sunt caussę principales quę obsunt memorię, frigiditas & humiditas: quæ frigiditas vel sola est, vel cum humiditate coniuncta: omittemus corruptionem, quæ fit a calido & sicco intensis, plus tamen nocet frigiditas humiditate: ea siquidem confundit naturam, neq eius opus ingreditur nisi tamquam subdominans instrumentum. Humiditas vero retentiuæ contrariatur, quæ sicco proportionato confortatur: nam siccitas superflua nocet, præsertim

apprehensioni,dum impedit ne insigillentur formæ. Frigidi est sistere, & calidi mouere: ergo frigiditas impedit motum necessarium ad memorandum Retentionem vero impedit humiditas Denique cum frigiditatis filia sit obliuio, vt & Paulus Ægineta, & reliqui tenent,dicendum ac tenendum est,eam magis obesse memoriæ, quam noceat humiditas. Propter frigiditatem enim quæ humores & spiritus cõgelauit, spectrum seu species imprimi non potest. Quorum igitur memoria vel intellectus perit, somnos etiam obseruare oportet, vtrum vehementer an modice somnolenti sint, aut omnino nõ somnolenti,sed secundum naturam habeant. Sic enim vincentem inuenies intemperaturam: nam ex multo ac profundo somno, humiditatem obesse: ex vigilia,siccitatem: ex horum medio æqualitatem & bonam humorum proportionem cognosces. Ad hæc considerandum, vtrum excernat quippiam ex naribus,vel ex ore quod a capite defluat: an aridę ex toto vel vt plurimum huiusmodi partes sint, atque antecedentium caussarum & externarum cognitio capitis dispositionem declarabit,quo idoneam dispositioni curationem adhibere possis. Vbi dominatur cerebri humiditas, multa somni cupiditate tenentur, oris plurima est saliua,& in naribus oculisque pituita frequens: omnes motus hebetes sunt. Tales præsentia recordantur & nuperrime gesta: dudum vero facta, aut nequaquam aut difficile recordantur: nam humiditatis cerebri est facile admittere, & dimittere quaslibet impressiones.

Siccitate dominante, quæ humiditati contraria est,ex contrariis signis indicatur: adsunt enim capitis vigiliæ,leuitates & rarissima illarum superfluitatum emanatio, quæ a naso, palato, & oculis expelli solet: oculi sunt caui,cito calui fiunt, aurium tum abundabit cerumen. Quantum vero ad memoriam

spectat,

spectat, præsentia difficilius inscribuntur, & inscripta diutius tenentur: inde fit, vt quæ antea gesta sint facilius memorentur & reddantur, quam quæ nuperrime geruntur. Exemplo sint senes, qui gesta ab ineunte ætate recitant ordinatim, præsentia vero non recordantur aut confundunt. Hoc etiam contingit senibus: quia ex frequentatis actibus fit habitus: hinc fit vt decrepiti bene recordentur antiqua, quoniam sæpius circa illa vel illis similia considerauerunt: male autem noua: quod illis impressio non facile fiat ob duritiam sensorii.

Si dominatur frigiditas, his facies albet, lumina languent, venæ inconspicabiles fiunt, somnolenti sunt, partes ad caput attinentes parum calidæ erunt, nec rubicundæ: mens erit stupida, vertigineque grauatum caput, & tardæ rememorationis. Hæc qualitas, vt prædiximus, valde officit, & animi facultates imminuit, inertesq. efficit: nam vt calidi est mouere, ita frigidi econtrario facere: scias tamen in vniuersum, viuentis cerebrum calidius esse aere æstiuo, vt Galenus habet in De vsu partium.

At cum viget in cerebro caliditas, his notis facile innotescet. nam quæ circa caput sunt, calida magis ac rubicunda sentiuntur: oculos cernes versatiles, eorumque venas magis apparentes: capilli in lucem editi statim oriuntur, nigri, robusti, crispique fiunt: breuibus somnis nec profundis contenti sunt: motuũ velocitas & recordationis inest. Si vero auctior fit, & facta innaturalis caliditas, vigiles erunt. Hic nimius calor animales spiritus excoquit, in fumosq. ac fuligines diripit & succos generandis spiritib. aptos torrefacit. Qua de re felici vel tuta memoria destituuntur.

Si vero duæ qualitates adiungantur, signa earum tanta proportione cognosces, quanta istæ qualitates aut intendentur, aut remittẽtur: nec difficile fuerit.

iudicium ex præmissis; vt si fuerit caliditas & siccitas extra temperiem, aderit permixtio sensus, vel phrenitis iuxta intensiorem gradum qualitatum. constat igitur memoriam posse medicinali artificio seruari, augeri & exsiccari, cum constet cum morbo minui, deficere, & deprauari.

Quo itaq ad curandi rationem, victus primo pro caussarum varietate mutatur, vt infra dicemus Annotandum vero prius est, obliuionem a natura reportatam, non facile remoueri posse, nec quę a caussa calida & sicca fuerit, sano in cæteris corpore. Hoc etiam interdum euenit, vt præter consuetudinem sit diminuta vel abolita memoria; tunc timendum est de peiori ægritudine, nisi ocyus succurratur, scilicet Lethargia, Epilepsia, Apoplexia, Paralysi, cæterisque id genus quæ a phlegmate in cerebro fieri solent, pro quibus ad medicos confugias Si etiam ob extremam senectam memoria perierit, frustra laborandum admouendis scilicet remediis, non est; sed tantum conueniente victus ratione contentos esse oportet, denturq cibaria & linctuaria humectantia & restaurantia, siccitatemque arcentia.

Si propter vehementes purgationes cæterasque immodicas inanitiones, vel a siccitate memorię noxa superuenerit, victu tantum reficiente succurrere oportet; corroborato siquidem corpore, collectisq. viribus memoria reparatur. Cibi conferent igitur succulenti & boni succi, qui facile concoquantur in ventriculo; vinum sit rubrum, maturum, dilutum; exercitia moderata & citra fatigationem; caput clementer fricetur; prolixe dormiāt; molliter cubēt; tepidę aquæ balneis vtantur; sudationes vitent; capiti abraso epithemata infundātur, vel fomentationes, ex decocto florum chamæmeli, meliloti seminis lini, hordei decorticati, aut ex lacte recens mulcto; inungatur oleo susino, amygdalino, dealthea, butyro

non

non salito. Sumant conseruam boraginis, buglossi, cortices citrei conditas, & similia.

Si a frigida cerebri intemperie sola sine materia malum ortum fuerit opponatur caliditas frigiditati, & pariter humiditati siccitas, cum temperamento tamen, in caliditate enim & siccitate naturali omnis æqualitatis debet esse proportio, vt ne quid nimis; quia calor naturalis non est purus calor, sed compositus, in quo est proportio omnis æqualitatis. non enim omnis caliditas bonam memoriam facit, nec omnis siccitas; sed quæ proportione respondet temperamento, nec fluat in intemperiem immoderatã, cuius vis est actum propriæ virtutis tollere. Cauendum est ergo ne nimis cerebrum calefaciamus, aut exsiccemus nimis. Et qui temperato est capite, caueat ne medelas apponat. Qui igitur corruptionem memoriæ patiuntur ex immenso calido & sicco, quã coniunctionem plerumque phrenitides & deliria sequuntur, iis oxyrrhodinum capiti infundatur, & curatio reliqua cum his quæ refrigerant & humectant, pulcre complebitur. Quod si ex nimia frigiditate adnixa intensæ siccitati fuerit, quod accidere consueuit aut propter longos morbos, aut vehementes corporis labores, aut acres valde animi affectiones, quibus naturæ vires fatiscunt, & animales spiritus dissipantur, humectantia & mediocriter calefaciendi simul vim habentia, haud mediocri erunt præsidio.

Cum autem non solæ ac nudæ qualitates offensioni erunt, sed adfuerit simul humorum copia, ab euacuatione incipiemus præmittendo concoctionem cõuenientem, si opus erit. Sanguinis copia venæ postulat sectionem, quę cum medici docti consilio fiat; incidatur aũt humeraria, quam cephalicam vocãt, si caput solum degrauatur; si corpus totum, aut interna, aut media. Si bilis flaua abundauerit, consulto

medico, cum educentibus bilem purgetur, vt cum rhabarbaro, manna, casia, succo rosarũ, electuario rosato, syrupo rosato solutiuo, tamarindis, vel aureis vocatis pilulis & similibus. Si atra bilis, præsidiis itidem conuenientibus a peritis medicis traditis educantur, vt senæ diluto epithymi, veratri in fortioribus: diasene, pilulis indis, & cætera.

Quod si fuerit caussa, quæ pene semper contingit, frigida & humida, hi modi in curando seruentur: Et primo quoad victum, moram trahat quantum poterit, in aere luminoso non ventoso: nam venti plurimum obsunt. Euitent quæ phlegma multiplicant, omniaq; frigida, similiter & vaporosa, vt cepe, & super omnia repletio & satietas aut cruditas, multus potus, multa fructuum comestio vitetur, cibi grauis concoctionis, ablutio cum nimis calida vel frigida aqua, potatio eius nimia vel vini. Conferent igitur cibi bene nutrientes, calidum & spirituosum sanguinẽ gignentes, veruecina, hędina, capi, phasiani, perdices, quorũ oua singulari potestate in hoc pollent; pipiones, turtures, passerculi; galeritæ, turdi, merulæ: parentur cũ hyssopo, satureia, thymo, sampsucho, rore marino, caryophyllis, macere, zinzibere, pipere, cinnamomo, granis iuniperi, præsertim in hieme: Animalia fugiant nuper edita, quod mucosam ac viscidã habeant carnem: animantis cerebrum vt pituitosum, incommodat, nisi sit gallinæ, quod peculiariter & summe laudatur. Similiter fugiant medullas, gruinas carnes, pisces præsertim viscidos & lacunales; olera frigida, lac, caseum; præcipue multum aut prauum: fructus humidos & horarios: acriora interdum, hieme præsertim; exhibeantur, vt allium, pulegium, capparis remota salsedine, sinapi a Pythagora laudatum: parce epulentur, præsertim cænantes: vinum bibant album, aut vermiculum subrubrumve: aquã nisi sit cum melle vel cinnamomo aut alio cum aromate-

mate decocta, nõ gustent. Prolixum somnum diurnumque auersentur, nec super nucham, vel super nimia repletione fiat: a superflua quoq. vigilia caueãt. debilitat enim spiritum ipsumq resoluit ac caput replet. Exercitium fiat deambulando, & cibos praecedat, cum fricatione etiam partium capitis (facta tamen prius conuenienti purgatione) cum pannis asperis, & pedum & manuum, sed moderatum, ac totum corpus fricandũ primo, deinde caput, incipiatque a tibiis frictio, paulatim superiora fricando, vt deorsum trahatur materia. Circa lacus, flumina & vliginosa loca nõ versentur; austrinos flatus & pluuiosas constitutiones declinent; lucidam & altam domum inhabitent: caput oleis conuenientibus (vt etiam infra dicetur) vngatur; a multo vel frequenti coitu omnibusq. cerebrum debilitantibus caueant? nam principali debilitato, nocent & orta ab eo. corpus seruetur mundum a superfluitatibus. Si igitur pituita lenta ac crassa fuerit, fiet illius attenuatio, concoctio, & praeparatio ad eductionem, cum oxymelite composito vel scyllitico vel de quinque radicibus, de stoechade, de raphani radicibus facto, melle rosato, prout opus fuerit, & aquis seu decoctis conuenientibus Ad educendam vero praeparatam materiam exhibeantur pilulae vel cochiae, vel ex hieri Galeni addito modico castorei & nucis myristicę: addatur etiã praeparata colocynthis secundum medici praesentis prudentiam, vel detur hiera magna cum nuce moschata, vel hiera Rufi, de qua Aetius lib. 3. conueniet etiam hiera Logadii, & alia quae conueniunt dolori capitis ex phlegmate: deinde fiant etiam gargarismata, fomentationes, vnctiones, sacculi & huiuscemodi. gargarismus potest esse talis; ℞. calami aromatici, pulegii, hyssopi, thymi ana pug. 1. decoquãtur in aqua iustae quantitatis ad dimidium; & vnc. 5. colo transmissis adiice oxymelitis scyllitici vnciam & se-

mis mellis rosacei vnc.semis. misce, & tepidum mane ieiuno gargarizetur. clystere etiam si opus fuerit, fiat ex respicientibus caput; sternutationes fiant, vt cum pipere, struthio, seu condisi, elleboro albo, iride & similibus; aut ex his cũ terebinthina & ladano fiant errhina seu nasalia. Conferunt præterea si pituita vlterius exundat, quæ saliuam mouent seu apophlegmatismi, odoramenta; cubebæ masticatæ seu commansæ, modis omnibus auxiliantur: auribus indatur oleum castorei, lauandulæ, spicæ. Quod si vel minor in corpore humorum talium copia, aut patiens non adeo validarum virium fuerit, leniori purgatorio pituitam primo ex toto corpore vacuabimus, & quod robur potius in membris relinquat quam auferat, quod tale sit ℞. Aloes lotæ cum succo thymi aut sampsuchi vel eorum aquis drac. 1. agarici trochiscati drach. 2 mastiches, cubebarum, nucis moschatæ ana gran. 6. cum vino odorato fiant pilulæ 12. quarum 7. sumat in aurora cum syrupo de stœchade, reliquas post tres dies, horis 2 post cœnam: postea cum Electuariis confortantibus sequentibus aut similibus roboretur, præmissis tamen etiam localibus purgantibus, vt supra, si opus sit rursus pro purgatione conferent hæ pilulæ etiam a proprietate: ℞. Thuris masculi, myrrhæ electæ, zinziberis ana drach. 1 ß. pulueris capitis vpupæ drachmas duas, acori scrupulos duos, hieræ maioris drachm. 1. ß castorei, colocynthidis ana scrup. med confice cum bona terebinthina vel cum serapio de stœchade, & fiat pasta; denturque pilulæ numero paucæ, sed crassæ, supra leuem cœnã in lectum descendenti: possunt etiam auferri ea quæ soluunt, vt tantum confortent; hæ ferunt principatum hac in caussa, & præ cæteris cõferunt memoriæ. Item ad corroborandum, fiat ecligma vel linctuariũ tale, vel similem in modum: ℞. Conseruæ anthos, melissophylli, ana vnc. vnam, inulæ conditæ, zinziberis vi-

ris viridis vel conditi, ana. vnc. med. corticis citrei cõditæ drach. 6. diatrion pipereon, diambaris ana vnc. med. cum modico aquę vitæ in vasis vitreis semel distillatæ ex vino bono, vel cum aqua melissæ, aut florum lilii cõuallii, commisce: sumat horis duabus ante cibum, in mane drach. vnam aut alteram, & semi drach. hora somni.

Notandum autem quod nucha est cerebro frigidior, ideoq; calida magis patitur & tolerat, frigida deterius: meminisse igitur oportet, ne frigefacientia, quæ forinsecus inducuntur, in occiput cadãt. Calefactoria itaq. medicamenta tam extra quam intra corpus adhibenda. Thymum, & pulegium, & origanũ vel huius generis alia incoquantur aceto, & ægrotantis naribus admoue: palatum acribus validis medicamentis inunge. Extrinsecus autem inũctiones capiti ex oleo calido, idq; æstate adhibendæ, vt rutaceo, anethino, &c. hieme vero irinum, in quo concoctũ sit serpillũ vel calamentũ, piper, baccæ lauri, addendo aceti modicum ad penetrationem. Vtile erit & castoreum cum oleo illitũ occipiti, vel tale vnguentum. ℞. Olei de lateribus, de castoreo ana vnc. med. radicis acori, phu seu Valerianæ ana scru. 1. pyrethri, rutæ ana scrup. med. cũ cera quantũ sufficiat. fiat vnguentũ, quo rasum occipitiũ inungatur: & subinde sacculus imponatur, qui recipit florũ rosmarini, melissophylli lauandulæ, singulorum manipulum med. florũ sambuci manip. vnum stœchadis drac. 3. nucis moschatę, ligni aloes, maceris ana scrup. 1. contusa in sericum demittantur formeturq. sacculus.

Linimentum aliud cõferens diminutioni memoriæ & obliuioni ℞. Olei sambucini vnc. 1. olei de been vnc. duas, olei euphorbii, castorei ana vnc. med. aceti drach. 3. misce, inungaturq. locus. Item oleum Philosophorum vocatum a Mesue, occipitio inunctũ, memoriam mirabiliter reparat.

Alia inunctio: ℞. Radicis rutæ, buglossi, phu cum radicibus ana vnc. 4. castorei duorum vel trium annorum, linguæ auis quam semen fraxini vocant, ana drach. duas; redigantur in puluerem & misceantur: post ℞ succi eufragiæ, ormini quē scharleam vocant, verbenæ ana vnc 4 medullæ anacardi vnciam vnam, axungiæ vrsi, quantum satis sit, fiat vnguentum liquidum, & ponatur in vase cupri vel stanni, vt stet liquidum, nam aliter haud valeret, vngaturq. occiput. Quod si citius iuuare velis, aut frigidioris capitis sit homo, & in tempore frigido, nares hoc odorato vnguento intus illinantur: ℞ olei de spica odorati vnciam 1. caryophyllorum scrup 1. ambari seu ambræ scrup semis, musci gra. 5 ceræ albiss. quod satis est; cuius etiam gutta, ante ceræ impositionem, aurib. tepida instillata conducet.

Emplastrum quoque de sinapi Mesue secunda descriptione Antidotarii valebit in affectu frigidiori occipiti adpositum, vel oleum de sinapi. Superiora conferunt etiam absque præuia purgatione, vt & sequētia, his qui frigiditate sola absque notabili humiditate laborant. Intrinsecus quoque præter supra narrata conferunt; verus acorus conditus (quem calamū aromaticum credo, vel galangam) saccharum, florū betonicæ, roris marini, lauandulæ, spicæ nardi, melissophylli, adiectis longo pipere, caryophyllis, cinnamomo, nuce moschata, & id genus aliis odoratis. Valde etiam iuuat zinziber conditum, ad auellanæ quantitatem, præsertim in ventriculo frigido & humido, vt fere est in omnibus vel pluribus tali caussa & affectu laborantibus: nam reparat memoriam sumtum mane in temporibus non calidis, horis quatuor ante cibum.

Confert non parum & hoc: ℞. Thuris, cyperi, piperis longi, croci, myrrhæ ana, confice cum melle, & ex eo omni die sumatur drac 1. horis supradictis prę sertim mane.

Aliud

Aliud ad idem præcipue ſenibus valens. ℞ mellis anacardini, thuris albi, cyperi, acori veri ana partes duas, rotundi piperis, & longi ana partem vnam, myrobalanorum chebulorum, cæruleorum ana partes duas, cumini partem vnam, mellis quantum ſufficit, datio ſit drach, 2. ſingulo mane, diambar. etiam conuenit.

Prodeſt & confectio anacardina ſi probe conficiatur, ac poſt ſex menſes ea vtaris, hæc enim acuit ingenium & ſenſum, & intellectum clarificat, mentem reuocat ſopitam lethargiã, curat & arthriticos conferťq. dolori ventriculi & alui a frigiditate, ſed ſtupidis dãda eſt, & capiti maxime frigido & pituitoſo. ſic vero fit. ℞. Myrobalanorum emblicorum, belezicorum, piperis albi & longi ana drach. 12 gingiberis, mellis anacardini ana vnc. vnam. caſtorei, ſtyracis, caryophyllorũ ana drach. 5. florum chamæmeli, baccarum lauri, cyperi ana drach tres, mellis quantum ſufficit, miſce in modum electarii. Datur in ſero ſcrupulus, vel ad modum paruæ nucis ſiue auellanę, id eſt drach. cum vino calido decoctionis ſeminum aniſi & feniculi: poteſt & mane ſumi. Caueat vero ſumens a frigiditate, a cibis phlegmaticis, ab ira, coitu & ebrietate. Anacardi autem antequam in aliquibus medicinis ponantur compoſitis, debent in hunc qui ſequitur modum præparari.

℞. Anacardos, ac eos tere optime in mortario, atq. in aceto fortiſſimo ponantur per dies ſeptem, poſt lento igne in eodẽ aceto coquãtur, quoad aceti pars tertia remaneat: tum percola fæcem illã quæ in fundo vaſis remanſerit, prius aceto leuiter extra colato, eamq. colo tranſmiſſam fæcem, in medicinis pone: neque enim anacardorum fructus medicinis per os aſſumendis immiſcentur, niſi prius hoc modo vel ſimili præparentur.

Quod ſi mel anacardinum facere volueris, pone

cum ipsis anacardis eo modo in aceto coctis tantundē mellis despumati, ac simul ambo bulliãt ad spissitudinem, & mel habebis anacardinum, quod in prenarratis affectibus operatur mirabiliter, si ex eo des drachmas duas vel vnam in aurora.

In Sicilia dũ recentes sunt anacardi, ponuntur in melle prius liquefacto, & diu morantur in eo, taleq. vocatur mel anacardinum, & habetur vsui absq. anacardis & inditur linctuariis. Si eo ex melle dentur drachmæ duæ, recuperat memoriam ex proprietate sua.

Expertus est & acorus (id est galanga) nutritus ac coctus in melle & reseruatus, vt condiuntur nuces ac radices; similiter piper longum nutritum coctumq. in melle & asseruatum, nam seruant & augent memoriam: dosis communis drach 1.

Aliud expertũ in forma pulueris ℞ Thuris drach. vnam, cyperi, piperis, croci, myrrhæ ana drach. duas; terantur subtiliter, & per cribrum ducito, & fiat puluis, de quo omni mane dum surgit, detur drach. 1. vel sero in ingressũ lecti.

Aliud expertum ℞ Cumini, piperis ana drach. 2. sacchari albi drach. tres; terantur & fiat puluis, cape drach. vnam omni die in mane. Aliud itidem expertum. ℞. Thuris albi drach. vnam, piperis longi vel albi scrup. vnum, fiat puluis, qui mane totus pro vna datione bibitur per plures auroras cum vnciis tribus aquæ mellis, vel decocti cinnamomi modici & caryophyllorum.

Aliud æque bonum ac certum: ℞. Cumini drach. quinque, piperis noui drach. vnam, acori veri vel galangæ, cyperi, myrobalanorum nigrorum ana drach. duas, mellis anacardi (de quo supra) drachm. 1. mellis communis vnc. 3. ß. terenda terantur, & cum melle prius despumato incorporentur, & fiat conditum in pyxide. datio in omni mane drach. 2.

Caput

Caput tertium, quomodocumque nocentia memoriæ præcipua ostendit.

CAuere oportet in vniuersum cruditates, tamquã rationi infestissimas, & toti corpori.

Plurima vini presertim potentis potio pessima est: vehementer enim humectat caput, ac fere nihil æque obliuionem inducit, quam superflua humiditas.

Exterior excedens frigiditas lædit memoriam, præcipue nocturna propter capitis coopertura. Ire per lutum temporibus frigidis, ac nudis pedibus præ cæteris cerebrum lædit & infrigidat, oculosque debilitat.

Caliditas intensa valde quandoq. perturbat rationem, & memoriam lædit.

Ciborum fumosorum comestio & potus, vt alliorum, porrorum, ceparum, item casei & leguminum vitetur. Brodialia, iuscula, omniaq. nimis humida effugienda, præsertim vesperi; omnis etiam mala masticatio praua est.

Potus post comestionem dum cibi fit concoctio eam interrumpens, præsertim a cœna, memoriæ cerebroque valde nocet.

Quies superflua calorem debilitat; superfluitates retinet & aggrauat, ideoque lædit memoriam.

Somnus cibo propinquus, antequam scilicet descenderit cibus ad ventriculi fundũ, infestissimus; sit igitur post duas horas: ac capite bene eleuato ac cooperto fiat, non tamen superflue, quia nimia coopertura vel caput debilitat resoluendo; vel replet attrahendo.

Nocet coitus frequens vel stomacho repleto aut famelico, vel quem nullus somnus aut quies sequitur, aut prope lunæ coniunctionem, vel cum alia quã cum propria vxore.

Dormire calceatis pedibus, pręcipue cum sotularibus, memoriam impedit, ob vaporum reflexũ: visum debilitat, & corpus æstuare facit.

Crudæ herbæ comestæ, multum nocẽt memoriæ, vt plurimum: similiter nuces, auellanæ, castaneæ.

Videre vel audire non placentia animo: & huiuscemodi animi symptomata.

Metus perimit memoriam, vel tristitia perseuerãs: nocet & cura rei familiaris sollicita.

Somnus immoderatus, & vomitus laboriosus.

Acetum & acetosa omnia: sed si vtendum aceto erit in pinguibus & pituitosis, sit ex potenti vino factum, calidumq fit, & in exiguo aut raro vsu, & cum cinnamomo: ponaturque in vasculo aceti calamus aromaticus seu galanga, & pulegium. Sunt qui dicant gallorum ossa exsucta, veternum adducere.

Caput quartum, iuuantia particularia præcipua enumerat,

FRuctuũ stipticorum ex natura vel arte post comestionem moderata sumtio, prohibendo fumos eleuari, memoriam iuuat valde.

Temperatorum ciborum & potus, sicut gallinarũ & perdicum, præcipue cerebellorum earum temperata refectio, non tantum memoriam, sed & totum corpus confortat; vtque animæ actibus nocet cacochymia, ita innocuos custodit euchymia, præsertim in teneris annis; ob id ex plebeia fæce raro sublime ingenium surgit, nisi liberalis accedat educatio.

Ante cibum moderate & conuenienter exerceri, non tantum memoriæ, sed & cæteris functionibus prodest; sit autem motus longus, seu exercitium pro corporis robore laboriosum, vt superfluitates resoluat; sitq per loca amœna & sicca: ac, si fieri potest, omnes corporis partes exerceantur.

Superfluitatum per intestina, per nares, per palatum,

tum, per os, aures, per vrinam, per capitis frictionem cum pectine conueniens & debita expulsio, confert plurimum virtuti memoratiuæ, si post somnum & ante exercitium fiat.

Visorum auditorumve frequens recordatio, memoriam corroborat & confirmat: nam nihil æque aut cura augetur, aut negligentia intercidit, ac ipsa memoria; quia nisi excolas & iugi meditatione exerceas, inertia situq corrumpitur.

Gaudium temperatum, & honesta delectatio presertim meditatione scientiarum, non solum memoriam, sed virtutem intellectiuam cæterasq. virtutes corporis etiam augmentat.

Sępe lauare pedes in aqua calida, in qua bullierint melissophyllon, folia lauri, chamæmelon, & similia memoriæ, capiti, oculisque valde confert.

Abluere caput decimo, quoque die cum lixiuio, in quo parum bullierint chamæmelon vel asarum, melissophyllon, saluia, amaracus, siue samsuchus, lauri folia, vel similia, additis in æstate rosis, memoriam corroborat & confirmat, vt in capite etiam sequenti latius dicetur.

Stare pedes post comestionem, vel suauiter deambulare, quo cibus ad fundum descendat ventriculi, multum expedit & confert, ob bonam ciborum concoctionem.

Coriandri bene præparati, & saccharo inducti post cibum assumtio, prohibendo fumos ad caput ascendere, memoriam iuuat: id præstat & Diacotoneon.

Masticatio mastichis cum modico zingibere facta ieiuno stomacho, ab humiditate phlegmatica sine molestia caput purgat, indeq. præpedita confortatur memoria. Galanga naribus indita cerebrum roborat frigidum.

℞. Thus albissimum, tere in puluerem, pone in

pura & simplici frigida aqua, bibe in augmento lunæ in ortu diei, meridie, & solis occasu, facit bonam memoriam, acutum sensum, exsiccans cerebrum & ventriculum.

Tradit Simeon Sethi, fel perdicis arteriis temporum illitum, vt penetret, semel in mense ad memoriam confirmandam prodesse plurimum.

Melissophyllon confirmat eam, & ingenium acuit, hominemq. quocumque modo comedatur herba, facit industrium: quod etiam nasturtium in frigidioribus & segnioribus efficere potest, vnde natum est in segnem adagium, Ede nasturtium. Melissa preter hęc, animi tranquillitatem præstat, saporem capiti iucundum inducendo: Turturis caro ingenium auget, vt aiunt.

Gallinæ cerebrum ingenium & memoriā iuuat, adeo vt aliquos qui delirare cœperant, resipiscere fecerit.

Semen ormini seu schartleæ domesticæ fertur ad recuperandam memoriam mirabile, si in puluere sumatur cum aliquo potu, aut cibo. Item eboris limatura conducit obliuioni, si parum de ea in vino modico sumitur mane.

Item granum vnum thuris albi cum lectum petis, maxime conducit solum transglutitum: nam capitis humiditatem exsiccat & ventriculi, ac ita memoriæ confert. facito hoc post purgationem bis terue in hebdomada, si multa adsit humiditas.

Plirisarcoticum confectio, duarum drachmarum pōdere hora somni assumta, vel myrobalanus chebulus conditus sumtus in aurora horis quatuor ante cibum, beneq. mansus semel in hebdomada, memoriam restaurant ab humido læsam præsertim. nā roborant intellectum, & iuuentutem fere conseruant myrobalani chebuli conditi.

Memineris in materia humida prius fieri euacuationes,

tiones. nam materia humida plerumq. est debilitatis memoriæ caussa, vt superius dictum est.

Caput quintum, nonnulla probatiora selectaq; medica remedia composita seruantia continet, multumque augentia memoriam.

ANtidotum mirabiliter conferens memoriæ, lethargiæq. vel obliuioni: ventriculum confortat, & omnia debilitata membra ex phlegmate & frigore.

℞. Gingiberis, galangæ, mastiches, cumini, origani ana drach sex. nucis moschatæ, calami aromatici, asari, carpesiorum, id est, cubebarum, ligni aloes, maceris, seminis apii, ammios ana drach. 2. thuris albi, caryophyllorũ, cardamomi, zedoariç, pyrethri, castorei, piperis longi & nigri, costi, cyperi, ana drach. tres, menthæ siccæ vnc. med. terantur & puluerizentur omnia, ac cum penediarum & mellis despumati quãtitate sufficienti fiat ecligma Cuius modus vsus, & reliquorum sit, præsertim tempore frigido vel nõ calido multum, & per interualla.

Pilulæ quæ languenti cerebro conueniunt, præsertim senioribus ac frigidis. ℞. succini odorati seu ambræ electæ drach. vnam, ligni aloes scrup. ß. cubebarum scrup. duos: cum vino meracissimo pilulas cõfice quindecim, da binas ante cœnã. Catapotia ad memoriam efficacia. ℞. Cubebarum, calaminthæ, nucis moschatæ, caryophyllorum sing drach. 1. ß. thuris optimi, myrrhæ electæ, ambari Orientalis sing. drach. 1. ß. moschi gran. 5. cum aqua maioranæ pilulas confice, præbe vnam, hora decubitus; duas vero in solis ortu & horis 5. ante cibum, hieme per mensam, vere & autumno rarius.

Pomum odorandum pro memoria; ℞. Radicum iridis drach. 1. ß. seminis se selis, id est, sileris montani, stœchadis ana drach. 2. nucis moschatæ drach. med.

menthæ drach. vnam, ambari (vulgo ambræ) thuris, calamenti, styracis, ligni aloes ana drach. med. ladani quantum sufficit, fiat pomum secundum artem: quod tamen ex calidioribus fiet hieme, & minus calidis in æstate.

Probatissimum experimentum ad ingenium & memoriam, quod ferunt esse Aristotelis. ℞. Vrsi pinguedinē, quam habet in humero seu spatula dextra, eamque repone in vesica ipsius vrsi simul cum eius vrina, & simul stent octo diebus; tum extrahe, & accipe succum ormini siue scharleæ domesticæ, eufragiæ, verbenæ, buglossi, phu seu Valerianæ, aloes, omnium æqualiter, & simul misce cum prædicta pinguedine super ignem cum lignea spatula agitando, quoad fiat vnguentum spissum ex quo cum volueris, accipe quantitatem paruæ fabæ, & vnge frontē & tempora fricando aliquantisper, & audita recordaberis.

Lixiuium pro ablutione capitis humidi frigidique confortatiuum, & memoriæ conferens; debet autē esse ex cinere sarmentorū vel quercus, postea intus hæc bulliant. ℞. Acori veri, stœchadis, foliorum lauri, roris marini, iuæ, saluiæ, ana manip. vnum; ex isto lauato caput; post vero ablutionem aquæ vitæ modico sinciput madefacito, & sequēti puluere aspergito. ℞. Pulegii, calamenti, caryophyllorum, sandaracæ, macis, stœchados, menthę siccę, maioranę, ana drach. quinque: misce & fiat puluis subtilis, & post inspersionem superpone stupam canabis. aliis quoque diebus ingrediens lectum pone super capitis bregmate ex puluere illo etiam illoto capite, nam siccat, &c.

Aliud lixiuium ad confortandum caput & memoriam. ℞. Hederam muralem, rosmarinum, laurum, stœchadem, marrubiū aut betonicam, & bulliant in lixiuio, quo caput laua. Idem fere operantur cupressi nuces, frequenti vsu. Sed vt cum lixiuio saponē quo-

que

que habeas: ℞. Saponis Veneti ſeu Gallici lib. 2. calami aromatici drach. 3 maioranæ, thymi, ſtœchadis Arabici, nigellæ, caryophyllorum, cardamomi, ſing. drach. 2. radicis iridis ſiccæ & odoratæ vnc. 1 miſce, ac cum ſapone ſubtiliter inciſo aut deraſo excalfacto, miſce ac fac maſſas ſeu pilas in modum nucis iuglandis; ſi ſimul ob ſiccitatem rerum commiſcere non valeas, adde parum aquæ maioranæ vel alterius conuenientis. Poſtea bene exſiccetur caput linteis calidis confricando: nec caput prope ignem teneat, ne vapores trahantur ac repleatur caput.

Aliud in humido capite, quo bis vel ſemel in hebdomade vtendum. ℞. Senæ, roſarum, florum chamæmeli acori, ſtœchadis, foliorum lauri, nucum, cupreſſi, ſaluiæ, iuæ, baccarum hederæ partes æquales, hæc in hieme bulliant in lixiuio pro lotione capitis. at in æſtate remoue ſtœchadem, & roſas adde, ac aliqua myrti grana, & minus calido vtere.

Optimum remedium aliud, ſed longe difficilius paratu. ℞. Florum citrullorum ſiccorum, bugloſſi, roriſmarini ana drach. duas, chamæmeli, violarum, roſarum ana drach. 1. med. ſeſelis drach. duas, ſeminis viticis, rutæ campeſtris ana ſcrup. 4. foliorum lauri viridium, maioranæ ſtœchadis [illegible]æ, florum ſambuci, artemiſiæ ana drach. 3. con[illegible]dantur optime & cōfundantur in lib. 3. aquæ vitæ optimæ, & vnc 6. aceti albi ſcyllitici fortiſſimi, ac ſimul quieſcant duobus dieb. in vaſe vitreo bene cooperto, & poſtea deſtilla ad cineres cum ſuaui igne: deinde ℞ olei de terebinthina deſtillati optimi vnc. 18. olei de been deſtillati vnc. octo, prędictę aquę deſtillatę vnc. 24. loco olei de beē potes accipere olei deſtillati de adipe vrſino, ſed melius ſi de vtroque acceperis partem mediam ſi vero neutrum repereris, recipe oleum ſambucinum: adde prædictis rebus capillos hominis bene aduſtos, nam a proprietate euigilare faciunt, & excitant le-

thargicos, misceantur & distillentur in vase vitreo vsque ad extractionem totius aquæ, & aquam ipsam seorsim serua, deinde recipe euphorbii drach. quatuor, piperis longi drach. 3. ß. cumini drach. tres, thuris masculi clari vnc. duas, & drach. duas, mastichis, myrrhæ electæ ana vnc. vnam, anacardorum bene contusorum vnc. 1 drach. 2 carpobalsami drach. quatuor, pulpæ castorei drach. med. myrobalanorum emblicorum drachm. 4. ß. opopanacis vnc. tres, serici crudi minutimque incisi drach. 1. ß. costi, radicum pæoniæ feminæ, cyperi electi ana scrup. quatuor, ladani drachmas tres, sanguinis draconis, id est, gummi ita ob similitudinem dicti drac. 2. ß. bdellij clari drac. 6 puluerizanda puluerizentur optime, & omnia infundantur in prædicto oleo toto, & sic quiescant in balneo temperato, simul in vase vitreo bene obturato diebus quinque; sed singulo die arundine sicca commoueantur miscendo, postea colentur, & optime exprimantur cum panno rudi prius infuso in aqua & bene expresso: Et oleum postea taliter expressum destilletur, vel fiat sicut in destillatione olei de ladano fit. videlicet, primo incipe cum igne carbonum leui ad fornacem, donec leuiter ebulliendo incipiat communiter destillare, dehinc procede cum leui & pauca flamma, & quãdoq. interpolata, donec liquidum & subtile destilletur, quasi totum ex appositis oleis, id quod scire poteris ex visu, sed melius ex pondere olei destillati; postea procedere cum igne carbonum mediocri, omittendo omnino flammam; & destillatum seruetur in vase vitreo bene clauso. Demum recipe Galliæ moschatæ, caryophyllorum, macis, cubebarum, nucum moschatarum, cardamomi, ana scrup. quatuor, spicæ calami aromatici, corticum citrei exteriorum, ana scrup. duos, ligni aloes boni drach. 2. ß. ambari electi drachm. 3. ß. moschi optimi drach. 1. ß. puluerizentur omnia subtiliter, &

ter, & miſceantur cum toto prædicto oleo deſtillato; ſicque ſimul quieſcant duobus vel tribus diebus in calore temperato, & poſtea iterum deſtillentur arte ſua, & ad ſubtilem ſubſtantiam reducantur, ſeruenturque in vaſe vitreo forti, bene clauſo cum cera, & eſt optimum. Vtendi modus talis eſt, vt prius ſi oportet facta purgatione totius vel capitis, eo vtaris incipiendo menſe Nouembri per dies quinquaginta continuos, poſtea ſemel omnibus octo diebus, poſtea ſolum quando vis memorari, capiendo illum in ſero præcedenti ante mane quo vis recitare vel concionari. Optimum itidem in frigido affectu erit oleum ſequens; ℞ Terebinthinæ reſinæ ſi haberi poteſt, (nam ex Cypro vt plurimum Venetias adfertur) vel eius loco laricinam ſume libræ vnius pondere, laterum antiquorum poſt coctionem haud madefactorum, qui in fruſta redacti, ac igniti exſtinctique in oleo veteri oliuarum fuerint, lib. ß maſtiches vnc. 1. terantur lateres, & cum reſina bene commixti modo chymico in vaſe vitreo bene incruſtato, igni clibani, aut fornaculæ adponantur, liquoreſque manantes ſeorſim colligantur, nam tres varii coloris defluent, bonus, melior, optimus.

Vnguentum in idem: ℞ Adipis vrſi, capi, gallinæ, vaccæ, & gummi hederæ, ana pondus æquale, omniaque alembico vitreo deſtilla ſuaui igne, quo oleo vnge tempora & pulſus manuum, ter in hebdomada, & rem optimam ſenties.

Vnguentum quo tempora vnges mediocriter in tempore frigido tantummodo: ℞. Talpæ pinguedinem, vrſi, muſtelæ, caſtoreique ana, ſucci betonicæ, & roris marini ana; ex omnibus confice vnguentũ, quo vtebatur, vt fertur Ariſtoteles.

Vt profunde memoria teneas & perpetuo, vtque velociter apprehendas; hoc vſi ſunt multi magni viri; ℞. Radicum linguæ bouinæ, radicum Valerianæ,

ana vncias quatuor, radicum rutæ vncias duas: fac inde pulueres ſubtiliſſimos, poſtea recipe ſuccum eufragiæ, ſcharleæ ſiue ormini, verbenæque ana vncias quatuor: coletur bene ſuccus per pannum, poſtea miſce ſuccos ſimul, & pulueres ſeparatim, poſtea recipe medullam anacardorum vnc. vnius pondere, & fac puluerem vt ſupra Item recipe linguę auis, id eſt, ſemen fraxini, & fac puluerem ſubtiliſſimum, poſtea miſce omnia prædicta ſimul, ſcilicet ſuccos & pulueres, & accipe ſartaginem terreã vitreatam, & pone ad ignem, intúsque pone ex vrſi pinguedine, & funde ſeu liquefac paulatim, & intus proiice dictos pulueres cum ſuccis miſcendo ſemper, apponendo de dicta pinguedine quouſque fiat vnguentum ſubtiliſſimum, quo vnge tempora & partem memoriæ, & frontem, & verticis partem verſus nucham: hocque ter vel quater in anno facies, & continuabis ſic vngendo, etiam prout magis aut minus oportebit. hoc enim in virtute excedit ſuperſtitioſam artem notoriam.

Ad idem ℞ Octo calices aquæ communis, foliorũ hederę, ſtœchadis ana lib. 1 ß. ponantur ſimul in aqua ad bulliendum fere ad conſumtionem aquæ, poſtea coletur beneq; exprimatur, & intus pone modicum terebinthinæ lotæ cum roſacea. poſtea caput laua cũ bono lixiuio, & poſt exſiccationem vnge cum prædicto liquore tempora & occiput.

Pomum odoriferum ad confortationem cerebri frigidi. ℞ Ladani, ligni aloes, ſtyracis, ana drachm. vnam caryophyllorum, nucis moſchatæ, ſeminis ocimi ana drach. med. cum aqua roſacea, in qua nonnihil moſchi & ambari diſſolutum ſit, fiat pomum.

Ad habendam profundam memoriam, vel ſi quis eam ex debilitate vel infirmitate amiſiſſet: valet etiam vertigini. ℞. Roris marini, id eſt, libanotidis, boraginis, chamæmeli, violarum, roſarum ana vnc. vnam,

vnam, stœchadis, foliorum lauri, maioranæ, saluiæ, ana vnc. duas, omnia incide & pone in optimo vino, & post diem destilla per alembicum vitreum aut vitreatum & destillatum serua, in quo pone terebinthinæ odoratæ lib. vnam, thuris albi vncias octo, mastiches, myrrhę, bdellii, anacardorũ ana vnc, quatuor; omnia tere, & dimitte sic stare per dies quinq. cum destillatione cooperta, postea destilla in tantum cũ igne fortiori, donec ex eis oleum habeas, quod serua bene clausum in ampulla vitrea bene cũ cera & pergameno obturata, modus vsus talis est ℞. ex eo quãtum caperet cortex auellanæ per os, & vnge etiã partes memoriæ, scilicet occiput & quasuis partes iam dictas: optimum experieris.

Possem hic plura etiam vtilia remedia aggregare; sed hæc sufficient, & viam struent aliis pro occasione parandis; nam breuitati studui, & meliora ex bonis selegi; nec penes me, vt nec Christianum decet, latere volui. plura & non spernenda composita reperiet, quicumque apud Antonium Fumanellum Medicum Veronensem, in opere suo de Compositione medicamentorum, cap. 16. Hic ea non transcripsi, ne actum agerem, quamuis meis aliqua ex parte cõsonent illius nonnulla. eligat quisque quod sibi conueniens sit, & qui nescit, medicum consulat doctum, memineritq. nihil sine labore fieri aut parari dignũ laude; nam omnia proposuit labori Deus: nec sunt spernenda media illi qui finem assequi desiderat: cũ nec iuxta Physicos, ex extremo ad extremum perueniatur, sine medio conuenienti; enimuero segnium est non optima quæq. sibi ad imitandum proponere, vt si eo pertingere non valeamus; propius saltem, quam fieri potest accedamus: quamuis non ex omni ligno (vt adagio fertur) Mercurius fit.

Caput sextum, Philosophica consilia, canones, & reminiscentiæ præcepta narrabit.

VT Aristoteli placet, duo sunt memorationis actus, memoria scilicet & reminiscentia: quamquam reminiscentia respiciat ea, quorum sumus obliti, sitq. existimatiuæ seu cogitatiuæ virtutis officiũ non principaliter memoratiuæ, vt Auerroes & Albertus in suis tractatulis voluere: vel dicas facultatẽ illam reminiscendi esse mentem & intellectum, vt Themistius voluit; quoniam nulla facultas videtur discurrere, nisi intellectus. Hæc autem sine obiecti præsentia in homine solo est; nam cum obiecti præsentia etiam in brutis reperitur, vt Aristoteles innuit, & in cane venatico satis patet: diciturq. sensus phantasticus.

Memoriæ vero est retentio imaginum prius ab anima perceptarum; quæ tamen neq. vtilis est nisi & omnes retineat, & eo ordine quo eas concepit, reddat; non est autem præsentium neque futurorum, sed præteritorum tantum, vt inquit Aristoteles. Memoria rursus & reminiscentia, quamuis eidem subiecto genere competant, differunt tamen aptitudine, quoniam bene reminiscentes, communiter male memorari consueuerint; tempore item memoria semper reminiscentiam præcedit, non enim quis reminisci potest, nisi ex his, quorum habet memoriam. hęc etiam multis aliis animalib. concessa est, illa vero solis hominibus; nam cum reminisci sit velut syllogizare, id est, ex notis ad ignota deuenire, hoc vero proprium sit hominis, inde fit & reminiscentiam hominis esse munus, vt superius innui.

Ad memorandum quatuor motus concurrunt: primus est motus spirituum, quia cogitatiua ad memoratiuam figuras aut species transportant. Secundus est pictura fixaque figurarum in ipsa memoria.

Tertius

Tertius eſt reportatio a ſpiritibus, a memoratiua ad cogitatiuã ſeu ratiocinatiuam. Quartus eſt illa actio, qua cogitatiua recognoſcit, quæ proprie eſt memorari. Dicimus etiam, quod actus memoriæ vel reminiſcentię ſupra tres res, quaſi tria obiecta per ſe cadit, videlicet ſupra rẽm alias apprehenſam, ſupra actum quo illa res alias apprehenſa fuit; & ſupra tempus determinatum vel indeterminatum in quo apprehenſio illa fuit.

Ad cuiuslibet harum rerum defectũ neceſſe eſt, deficere etiam memorationem. Quapropter etiam bene memoria ſic definietur, quod ſit Apprehẽſio in anima exſiſtentium ſpecierum, cum indagatione & inquiſitione: ſed de his in primo capite iam dictum. Nunc de artificioſa memoria dicere inſtituẽtes, quæ oporteat de ſe præſtare volentẽ memorari, præſcribemus. Erunt autem pro nunc præcepta viginti, ſed breuibus verbis complexa.

Primum iudicato (hoc & ſimilia ſint dicta iunioribus ſtudioſis) ſtudia quæ ſequeris omnium præſtantiſſima: & te felicem ſi conſequeris ſapientiam & ſapientem audias præceptorem, quem etiam cogaris admirari; plurimum enim memoriæ cõducit; ſi quæ aut leguntur, aut audiuntur, cum admiratione ac voluptate incidant.

2. Eam ſcientiam iudicato difficilem & perpaucis bene cognitam, quia inde oportet ingenium aſſurgere: & id vtile eſt memoriæ.

3. Attente & accurate audias præceptores: ſimiliter ſi legeris facias; ad ſtudium omnes animi vires congregando: nec vagetur mens tua, ſed coge illa ibi eſſe, aut paruo murmure eam reuoca; ille enim eſt docilis auditor, qui attenta paratus eſt audire; nam ex diligenti attentione maior fit motus, ac impreſſio firmior. Vnde Terentius: Vbi intenderis ingenium valet.

4. Cum multa ſis collecturus, quantum fieri poteſt ad paucitatem breuitatemq. reduces, aliter enim addiſcens, aliter memoraturus procedit: nam qui addiſcit, genus in ſpecies ſecat vſque ad ſpecialiſſima: qui vero vult memorari, multitudinem in vnum, vel ſaltem in pauca redigit.

Verſus quoque ad memoriæ fidelitatem conducunt, propter compoſitionis ordinem, & ſtructuram haud temere vagantem ac ſparſam, ſed certis concluſam limitibus, vt animam non patiantur aberrare.

5. Ordo ante omnia diligatur in diuiſione corporis in membra, ſic tractatus in capita, & capita in concluſiones ſecabis.

6. Singula ſæpe repetēda, ita vt cum vnum caput & ſequens pariter didiceris, & primum & ſecundū rurſus animo repetes: & cum tertium didiceris, rurſus a primo incoandum erit, & ſic ſucceſſiue.

7. Complexurus multa, membratim ſecabis: ne diffuſa multitudo memoriam cōfundat. Vnde poeta ille: *Scire ſi vis hanc rem, tota ſit ſeparata minutim.*

8 Sit tibi frequens & diuturna de eadem re cogitatio, vel cū aliis diſputatio, vel alteri declaratio ex frequentatis enim actibus generatur habitus, qui eſt memoria. Nec te a diſputatione deterreat erroris timor: nam tenacius retinebis quod didiceris cum rubore, vnde Seneca: *Memoria nihil perdidit, niſi quod ſæpe non reſpicit.*

9. Conare vt intelligas, quæ volueris memorari: neque ita curandum eſt, vt multa legas, quā vt multa intelligas; aut pauca multum legas, eorū præſertim qui non nugis chartas implent.

10. Caue ne obſint memoriæ literæ, ne ſcilicet illa, quę ſcripſeris in memorabiliū libello, ea veluti certa & alligata tenens, cuſtodire deſinas, & ipſa ſecuritate fidens, e mente dimittas. Clarum eſt in hoc Antiſthe-

Antisthenis Atheniensis exemplum, qui amico cuidam deploranti, quod commentarios suos perdidisset. Oportuit, inquit, ista potius animo quam chartis inscribere, sentiens librorum fiduciam esse caussam, quo minus memoriam exerceamus.

11. Procuranda est cibi concoctio, & quæ absunt memoriæ fugienda sunt, & sint in vsu, quę illi cōferunt, vt supra cap. tertio & quarto dictum est.

12. Liberandus est animus ab aliis cogitationibus, ab his scilicet quæ studium non respiciunt: nam, Pluribus intentus, &c.

13. Non audienda tantum, sed etiam vidēda sunt, quæ volueris memorari: nam semel videntes magis memorantur quam identidem sæpe sæpius audientes.

14. De quibus interrogatus fueris, confestim ne respondeas, id est, absque meditatione, nam subita responsio semper inconsulta est.

15. Metiri debes vires ingenii tui, tuæq. memoriæ, ne ingeras illi plus quam semel capere possit aut tenere: exemplum a stomacho sumendum, quia si supra vires oneretur, inualidior fit, non enim concoquit; nec impinguatur corpus gulosi; ita quicquid addiscitur, nisi retineatur, parū prodest: ideo si quantum oporteret retinere non poteris, numerum multiplicabis, & continuam imminues quantitatem.

16. Certas horas studio constitues, illas præsertim, quibus a cibo stomachus seu ventriculus erit vacuus: tunc enim ingenium vaporibus non obtenebratur. horæ conuenientes erunt cōticinia & matutini galli cantus; curabisque ne aliqua ratione fortunæ, deseras tempora studio decreta.

16 Vesperi quotidie, quid discendo lucratus fueris repetes, imitatione Catonis, qui quicquid die fecisset, legisset & dixisset; in crepusculo cōmemorabat.

18. Memoria est a teneris exercenda, vt & in iuuene & viro promtior sit & paratior: multum autem refert quo quis doctrinæ genere a teneris imbuatur, nam:

Quo fuerit imbuta recens, seruabit odorem, Testa diu.

Omnia enim pueris noua sunt: noua autem & admirabilia fortem faciunt in memoria impressionem.

19. Ad animi recreationem viriumq reparationem, non ad obscena confugies, sed mutato id facies studio: remittere enim animũ quam amittere, melius est. Sed & ludicra Christianorum debent esse seria. Post studia igitur seria vel grauia, ad leuiora confugiendum, vt ad historiam vel exercitia musicalia; nã vires reparat, alitque tempestiua quies, ac etiam maior est post otia virtus. Sunt qui ludere malint, quod quidem conceditur, si ludus sit ludus, & non res seria: sitq. breuis, honestus, sine dolo vel damno aut cupiditate, Mouet ingenium ludus duodecim scruporum, quem moderni scaccorum nominant, sed in eo nimis sępe adhibetur tẽporis & studii, quod pręstaret melius collocare. Paruæ pilę ludus, etiam toti corpori proderit: deambulatio, præcipue capiti: vtilius erit simul disputare & inambulare, manusque mouere. Hæc animi recreatio non sit diuturna neque frequens, & præsertim horis studii non agatur. Reuolandum est statim ingenio confirmato ad studia literarum, ne tempus depereat, quo nihil carius, agendumq. vt quod deperditum est, auido studio recuperetur. Namque (vt ait Philelphus:)

Ludus, crede mihi, nullus tibi pulcrior alter,
Nec melior quisquam, nec quo magis omnis acerba
Cura laborq; vacet, quam si virtutibus almis,
Te penitus dedas. virtus leuat aurea curis,
Lætitiaq; animum reficit, redditq; beatum.

20. Ne discedas a præceptoribus antequam deceat, plures

plures enim ſcientia in ſummos euaderēt viros, niſi prius eſſe diſcipulos puderet, quam ſapere valeant. Proderit & alios docere, dictare, declarare, interrogare, ac reſpondere; dubitare de nonnullis bonum eſt, modo id ſine ratione non fiat.

Vltimo, inter infelices dies illum computabis, quo aliquid non profeceris didiceriſve quod tuum eſſe poſſit; vt nulla dies ſit (vt in adagio eſt) ſine linea.

Praecepta reminiſcentiæ.

PRimum præceptum eſt, ex ordine & reminiſcibilium conſequentia; cum enim didicerimus ordinatim aliqua, connexione & dependentia quadam ordinata, & de illorum aliquo obliti fuerimus, id facile reminiſcemur ordine repetito; cognito enim antecedente, facile in cōſequens deducemur, & deperditū inueniemus. Recte igitur dicit Philoſophus; Quæ bene inuicem ordinata ſunt, bene reminiſcibilia ſunt; quæ vero male, difficulter in memoriam reuocantur. Facile enim geſta recenſemus, cum eo ordine in oratione collocantur, quo facta ſunt; quoniā ſicut ſe habent res geſtæ ad inuicem, ita ſe habent, & in mouendo animam.

Secundum, vt vno ſimili in conſimile prouehamur; vt, ſi Homeri non recordamur, Latinorum poetarum principem Virgilium memoramur, ex quo facile in Homerum Græcorum vatum primarium deſcendemus.

Tertium eſt, vt aliquando contraria recogitemus; qui enim memor erit Hectoris, reminiſcetur & Achillis.

Quartum eſt, loci ac temporis recordatio, in quo res tractata eſt; locus enim & tempus facile rem adducit memoriæ. Sunt etiam tres argumentorum ſedes, a ſimilibus, a contrariis, a ptopinquis.

Quintum est, res omnes a proprietate repetere; vt si saginati memoriam habere velimus, ad Dionysium Syracusanum descendamus, vel recogitemus, qui vt auctor est Iustinus, præ sagina visum perdidit.

Caput septimum, de locali vel artificiosa memoria.

ARtificiosa memoria est dispositio imaginaria in mente rerum sensibilium, super quas memoria naturalis reflexa per eas admonetur, vt memoratorum facilius, distinctiusque recordari valeat; ac (vt inquit Cicero secundo ad Herennium) ex locis veluti ex cæra aut tabella, & imaginibus veluti figuris literarum constat. Sic enim fieri solet, vt quæ accepimus, quasi legentes reddamus: neque multum interfit, an a vertice, an a calce incipiamus. Locos ipsos ordinatos esse oportet; nam si in eis cõfusio sit, confundantur omnia necesse est. Multos etiam eos esse decet, vt multa locari eadem exercitatione possint; Cicero centum eos esse debere iudicat. Thomas Aquinas plures habendos consuluit. Hos multi variis artibus quæsiere. Methrodorus in signis duodecim, per quæ sol meat, tercenos & sexagenos inuenit locos: quod tot gradibus apud astrologos zodiacus secari soleat; Cicero familiarem domum finxit, locis discretam multis, placuitque illi, vt inter locorum quinaria, vel manum auream, vel aliud quid discrimen figuremus quo alter ab altero secernatur; in eisque immobilem ordinem haberi, vt semper dextra ingrediamur & egrediamur. Quidam non ignauus auctor, ex animalib. locos fingebat, & eorum ordinem ex alphabeto Latino deduxit, vt a singula litera vnius animalis nomen incoaretur; perinde ac si nomina hæc essent; Asinus, Basiliscus, Canis, Draco, Elephas, Faunus, Gryphus, Hircus, Iuuencus, Leo, Mulus, Noctua, Ouis, Panthera, Qualea, Rhinoceron, Simia, Taurus, Vrsus, Xystus: Philo-

Hyçna, Zachæus: Philosophus (qui de his scripsit) hęc singula in quinque locos diuidebat, in caput, in anteriores pedes, in ventrem, in posteriores pedes, & caudam: nam hunc ordinem ipsa natura porrexit: neque confundi in eis enumerandis ingenium potest. Sic itaque centum & quindecim locos nactus, in eis rerum memorabilium imagines sculpebat, ac etiam in loquentis facie multa ingenio scribi præcipiebat, in capillis, in fronte, in oculis, sicque deorsum ad pedes descendi. Mihi vero facilimum videtur non modo centum, sed propemodũ infinitos locos reddere & effingere. cum neminem lateat ciuitatis originalis situs, vel in qua diu habitauit. Igitur cum per portam mens ingreditur, dum secantes se ad diuersas regiones vias considerat, dumq. amicorum domos, ædes publicas prætoria publica repetit, miram locorum quantitatem assequetur. Accedet ad hoc potestas atria effingendi, in quibus quantum libeat, numerũ locorum faciet, vt inscribi quæcunque voluerit possint. Et quia breuis atque efficax est doctrina per exempla, hinc exempla ponam, vt res facilius intelligatur, de decem ponam exemplum, & consequenter ex proportione habebitur vel de mille. Capio igitur domum magnam & vacuam, ad quam non frequenter sed raro ire debes, & statue primum locum qui est apud ostiũ distans ab ostio per tres pedes. Secundus locus sit ab isto distans per duodecim vel quindecim pedes: vt, verbi gratia, sit angulus vnus. Tertius locus sit a secũdo distans per totidem pedes, vel duodecim, & erit forte alter angulus, vel mediũ inter angulum primum & secundum. Quartus, erit angelus. Quintus, erit angulus distans per tantundem. Sextus consimiliter; & finita scala, intrabis vnã cameram, atq. intra ostium immediate signabis septimum, deinde in primo angulo cameræ octauum, & in secundo augulo nonum, & in tertio decimum

cum ſua diſtantia. Si vis plura loca, exeas cameram, & ſigna ſic alias cameras proportionabiliter. Nota tamen, quod diſtantia data mediocris eſt & conueniens, ſed ſi tanta diſtantia non inueniatur, ſed minor vſq. ad octo vel ad minus quinque pedes adhuc tolerabile foret. De templo ſcito, tale eſſe debere, quod non multum ſit frequentatum etiam a te, ne multitudine imaginum confundaris. Iſta loca debēt eſſe ſigna memorabilia & manuductibilia, loci enim non ſunt anguli, ſed fixæ imagines in angulis ſituatę, ſuper quibus ſicut ſuper charta aliæ pinguntur imagines delebiles, ſicut literæ. Vt, verbi cauſſa, primus locus ſignatur per vrinale, ponendo in eius loco vrinale. Secundus ſignabitur per pyxidem. Tertius per mortarium. Quartus ſignabitur per piſtillum ponēdo illud ibi. Quintus per pugillare. Sextus per pedē leporis. Septimus per cribrum. Octauus per ſacculū ponendo ſimiliter ſacculū. Nonus per panem cereū. Decimus per cannas caſſiæ, &c. Et iſta nomina oportet mente ſemper tenere, & loca de quinto in quintum, vt quinarii loci menti ſemper habeantur. de diſtantia ſatis dictum. Scito tamen, quod vſq. ad viginti quinq. licet tranſire, nec vltra: ne fiat negatio in imaginibus. Et conſimiliter dicatur de quantitate quantū ad altitudinē, ne ſint multæ altitudinis, ſed a quinq. vſq. ad duodecim pedes. Et notetur quilibet quintus, vt dictū eſt de ordine. de qualitate autē, vt nō nimis lucidæ, nec nimis obſcuræ, nec nimium frequētes. Tranſeamus ad imagines, quæ ſunt res collocandæ; debēt ita imagines nobis notę in iſtis locis collocari cū motibus talib⁹, vt per eas valeamus memorari. Verbi gratia, volo memorari de viginti nominibus, ſic faciam; in primo loco imaginem Petri mihi notiſſimi locabo, cū vrinali in manu plena vrina quā fundet ſuper Iacobum mihi notiſſimum, & ex iſto actu notabili, horum duorum memorabor, & ſic

duorum

duorum nominum memoriam mihi fecero. In secundo loco ponam Martinum mihi notissimum (nã oportet imagines istas esse notissimas, vt cito in memoriam recurrant) qui ponet digitum suum in pyxide & extrahet vnguentum, quo cum digito orificium vnget ani Henrici mihi notissimi. In tertio ponam Andream mihi itidem notum, qui cum manu ex mortario extrahet emplastrum quod ponet super faciem Francisci, vel alios ridiculos actus fabricando, ex quibus memoria de talibus nominibus cõfirmetur. Et ita pariformiter procedatur in aliis.

Similiter si recordari voluero alicuius cũ suo actu, illum imaginabor cum re illius actus, vt si recordari velim alicuius comedentis ficus, tunc imaginabor quod cum ficu aliquod festiuum faciat vel stupendum.

Si argumenta recordari vis, capias substantiam argumenti, & ipsam tantum locabis, quia totum argumentum haud posset locari, sicque de aliis rebus suo modo.

Rursus de figuris etiamnum disseramus his quinque præceptis.

Primum est, vt aut risum moueat figura, aut misericordiam, aut admirationem, facile enim inuenitur figura quæ affectum animæ conuertit. Exemplum huius est, si in ore asini rabidi caput Antonii cõstituã morsibus fere confringi, cruorem effluere, auxilia petere, ac passis palmis vociferari, nam fieri non poterit, vt cum voluero, non videam hunc oculis mentis meæ, & reddere Antonium nesciam repetenti.

Alterum est, vt aut simile per simile, aut per contrarium figuremus, aut per proprietatem. Primi exemplũ est, vt si nomen Galeni sim locaturus, alicuius illustris medici nomẽ scribam, cuius quoad fieri potest, aut par sit, aut paulo debilior auctoritas. Secũdi exemplum est, si idem per indocti medici nomen

conſcripſero: ſi Therſitem per Achillem, & bonum pro malo: informem per ſe formoſum annotauero. Exemplum tertii eſt, ſi Ouidium Naſonem, per magnum naſum: Platonem per humerorum latitudinem: Criſpum per anulatos capillos; Ciceronem per Gelaſinum ſculpſero.

Tertium eſt, vt a tenellis annis aſſueſcamus locare, & cum quotidiana exercitatione creſcamus: quãquam etiam adultis prodeſſe poſſit ipſa doctrina. Efficacior fit habitus, ſi quæcunq. aut dicturi aut facturi ſunt ſic locent: quæcunque etiam inter fabulãdum audiant: Sic pingant mores, geſtus, temporaq. ſculpant: Sic enim breui tempore fient exercitatiſſimi. Ludere etiam prodeſt alterum cum altero, illum vincere qui plura clarius, ordinatius, velociuſq. retulerit.

Quartum eſt, vt omni quinario rerum ſignandarum repetamus a principio quæcunq. ſignata: ſolet enim repetitio valde conferre.

Quintum eſt, vt quæ non ſunt ſimplicia, ea per cõponentium ſimilitudines ſtatuamus, verbi cauſa: qui memorari voluerit huius enuntiationis, Cicero cum Hortenſio diſputat, Cicer legumen in horto finget, qui de horti ſterilitate cõqueratur: ſic enim & cicer Ciceronem, & hortus Hortenſium & querela diſputationem repræſentat. Sic autem ſeruari ſolent & legum capita, vt ſi locanda illa lex ſit, publicati teſtamenti fides, effingamus dicam teſtamentalem patentem, cui quiſpiam cœnum iniecerit: & eius fides aboletur. Ecce publicati ſemel teſtamenti fides relegi poterit. Verum hæc facilius fient, ſi adſit doctrina & rerum memorandarum cognitio, neq. deſit conſummata & inuicta exercitatio, cum exercitatio poſſit omnia: ita & medicus medicinalia, & iure conſultus plebiſcita facilius recordatur.

Locus igitur a ceræ ac charta vel tabulis (in quibus antiqui-

antiquitus multa ſcribebantur) ſimilis eſt & comparantur: imago autem literis ſeu ſcripturæ: nominũ recitatio, lectioni aut rerum lectarum recitationi. Locus eſt pars vicaria memoriæ & inſtar illius capax. multiplicaturque per antrorſum & retrorſum, per dextrorſum & ſiniſtrorſum, per ſurſum atque deorſum, aliquid addendo vel diminuendo: multiplicabitur etiã menſurando longum, tranſuerſum & medium. Locorum regula breuiter & hoc ordine eſt, vt primo ſit locorum inuentio (de qua ſuperius dictum eſt) deinde ordinatio, diſtantia, fictio, ſolitudo, mediocris lux, diſſimilitudo, quantitas, loci quinti ſignatio per manum auream vel alterius metalli, illiuſque variatio, ne ſimilitudo confuſionem pariat. Imagines ſunt ſimilitudines rerum in mente conceptarũ, ſiue ſimulacrum ſimile ex toto vel ex parte rei cuius recordari voluimus, imo pro ipſis rebus collocandis accipiuntur. Sunt vero in duplici genere, ſcilicet aut notæ aut ignotæ: notarum quædam animatę, alię inanimatæ: & tam animatarum quã inanimatarum, aliæ ſimplices, aliæ cõpoſitæ. Illud rurſus non obliuiſcaris, quod in collocãdis imaginib. ſuper locis, ſemper res locãda eſt cũ actu ridiculoſo, vel admiratiuo, vel crudeli, vel alio modo inconſueto: nam ridiculoſa, crudelia, iniurioſa, admiratiua, excellenter pulcra vel turpia, immutant ſenſus ac melius excitant memoriam, cum anima circa talia multum aduertat. Variantur quoque imagines per tranſpoſitionem literarum, & per tranſſumtionem: vt ſi velim Romam recordari, ponam Deum amoris, qui vocatur amor: & pro tyranno lupum rapacem. Sufficit itaque nos methodum oſtendiſſe, quã qui ſequetur, haud difficile, modo exercitatio accedat, multorum ac variorum ſibi pro occaſione debita, recordationem certam parabit: ignaui autẽ & otioſi torpeant, quibus omnia infenſa ſunt.

Vltimo epilogi vice ac veluti colophonem addam quæ scribit Erasmus Roterodamus, lib. 3. Eccles. Ad natiuæ memoriæ vim natura felicem, accedat intelligentia, cura, exercitatio, & ordo ad memoriã confirmandam nonnihil opis pollicentur & medici, & secundum hos Marsilius Ficinus: sed præter ea quæ diximus, plurimum confert perpetua vitæ sobrietas: nam crapula & ebrietas, vt ingenium hebetant, ita memoriam prorsus obruunt: officit etiam curarum varietas, & turba negotiorum officit & tumultuaria diuersorum voluminum lectio. Hanc præcipuã arbitror caussam cur senectus sit obliuiosa: quod ea vis animi multitudine rerũ obruitur, officit memoriæ pudor immodicus, auditorum nouitas, & anxia cura: pudor & nouitas vincitur assuetudine. Anxium studium officit ad hoc ipsum quod impendio affectat. Alibi sic inquit: Optima memoriæ ars est, penitus intelligere, intellecta in ordinem redigere, postremo subinde repetere quod meminisse velis. Hactenus Erasmus. Si vis igitur rerum bonarum pollere memoria, diligẽter curato, vt eius quod ediscendum est, certam intelligas rationem: Ratio enim est indissolubile veritatis & memoriæ vinculum. Ob hoc forsitan Plato inquit, quod bene intellectum est semel, obliuioni omnino tradi nunquam posse. Ea quoq. memoriæ tradenda sunt, quæ non solum vtilia sunt, sed & iucunda. nam alimenta quæ suauissimum saporem afferunt, facilius in naturam nostram transeunt atq. conuertuntur: & quo auidius quid haustum est, eo diutius retinetur. Adde his, quod obseruandum omnino Aristot. & Simonides arbitrantur, vt certus quidam in ediscendis ordo vel insit, vel saltem excogitetur. Ordo in proportione quadam & connexione consistit. In his autem quę ordinata serie digesta sunt, si quid vnum acceperis, reliqua continuo necessaria quadam vel naturæ vel

vel artis continuatione ſequuntur. Obſeruandum insuper, vt ſæpenumero, quæ didicimus, meditemur: ſic enim alimenta animi concoquuntur, & quaſi cõuertuntur in animum. Confert etiam quam plurimum ſi quis eleganti oratione cantuque ſuaui, quæ memoriæ mandauit ſæpe recenſeat, vt dictum ſupra eſt. Voluptas enim rerum condimentum eſt, amoris eſca, incitamentum ingenii, voluntatis pabulum, roburq. memoriæ. Purganda eſt etiam anima a malis, vt impleatur bonis: orationeque ad Deum fideli petendus eſt ſpiritus ſapientiæ vel ſcientiæ per Dominũ noſtrum Ieſum Chriſtum, cui cum patre & ſancto Spiritu ſit honor, laus & gloria ſemper.

FINIS.